ЛУЧШИЕ БЛЮДА
НАРОДОВ МИРА
Узбекская
кухня
ИВАН РАССТЕГАЕВ

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Узбекская кухня возникла как результат совместного существования и смешения нескольких культур, многолетнего развития в районе ферганского, ташкентского и самаркандского оазиса – важного торгового перекрёстка для всей Азии. Узбекская кухня считается самой богатой кухней Центральной Азии, так как сумела вобрать в себя все самое ценное из кулинарного искусства народов Востока. Вас ждёт настоящий праздник вкуса! Лагман и машхурда, пиева и ерма, ширкавак и чалоп, димлама и долма – это не слова заклинай, а удивительно вкусные, сытные и простые в исполнении узбекские блюда. Естественно, нельзя представить узбекскую кухню без плова, и мы предлагаем вам полтора десятка рецептов этого всенародно любимого блюда. А еще чебуреки, самса, манты, ханум и конечно же напитки и сладости…

- Узбекская кухня
  -
  - Предисловие
  - Особенности узбекской кухни
  - Салаты
  - Первые блюда
  - Молочные супы
  - Вторые блюда
  - Пловы узбекской кухни
  - Шавля
  - Чебуреки
  - Самса
  - Манты
  - Ханум
  - Узбекские сладости
  - Молочные напитки в узбекской кухне

Узбекская кухня
Составитель Иван Расстегаев

Серия «Лучшие блюда народов мира»

© «Центрполиграф», 2017
© Художественное оформление, «Центрполиграф», 2017

* * *

Предисловие

Национальная кухня Узбекистана имеет глубокую историю и свои традиции. В отличие от киргизов и казахов узбекам исторически был свойственен как оседлый образ жизни, так и кочевой.

Кухня Узбекистана вобрала в себя многие традиции персидско-таджикской культуры. Повлияло смешение персидской и тюркской культур. Отсюда прослеживается характерная общность узбекской и таджикской кухни.

Разнообразие и богатство блюд порой перекликается с рецептами кухонь географических соседей. В то же время наблюдается серьёзное отличие от кухни ближайших соседей кочевых народов казахов, каракалпаков и туркменов.

Происхождение многих кушаний имеет общие корни с традиционными азиатскими блюдами, такими как плов, лагман, манты и другими.

После присоединения Средней Азии к России в XIX веке в развитии кулинарии стал наблюдаться подъём. Стали культивироваться такие овощи как картофель, помидоры, капуста, редис и т. д. Это способствовало обогащению кухни новыми блюдами. Тем не менее, многие рецепты имеют многовековую историю, упоминаются в трудах Авиценны и других известных учёных и деятелей Средневековья.

В узбекской национальной кухне существуют заметные различия между регионами. На севере основными блюдами считаются плов, кушанья из теста. В южной части страны предпочтение отдают многокомпонентным блюдам из овощей и риса. В Ферганской долине готовят более тёмный и жареный плов, в Ташкенте более светлый.

Узбекская кухня возникла как результат совместного существования и смешения нескольких культур, многолетнее развитие в районе ферганского, ташкентского и самаркандского оазиса – важного торгового перекрёстка для всей Азии.

Узбекская кухня считается самой богатой кухней Центральной Азии.

Особенности узбекской кухни

Узбекская кухня в значительной мере выросла на азиатских традициях и рецептах, но имеет и свою специфику.

В Узбекистане есть свои особенности приготовления этих блюд, а также свои совершенно оригинальные кушанья. Сложившиеся замечательные традиции узбекская кухня имеет в приготовлении всех видов блюд: основных мясных блюд, супов, хлебобулочных и кондитерских изделий, салатов и напитков.

Для основных мясных блюд характерно приготовление жареной, высококалорийной пищи, широкое использование хлопкового масла, курдючного сала, специй и зелени.

Правильно обжарить мясо следовало на большом огне. Это очень распространенный прием в среднеазиатской кулинарии. Правильно обжаренное мясо имеет особую фактуру в готовом блюде, и, между прочим, именно оно придает готовому кушанью особенный, «узбекский» вкус. Правильно обжарить – значит обжарить мясо с корочкой. Правильно обжаренное мясо коричнево-золотистого цвета, имеет снаружи некоторую корочку и весьма сочно внутри. Такое мясо вкусно, приятно пахнет.

Наиболее популярный вид мяса – баранина, однако, широко используется говядина и конина. Основные мясные блюда готовят обычно с большим отпуском продукта. Так, например, классический рецепт плова составляет пропорцию на 1 часть мяса – 1 часть риса. Обильно используется масло, при этом весьма популярно хлопковое масло, которое принято перед использованием перекаливать.

Мясные блюда практически всегда готовятся с луком, причём его закладка в пропорции к мясу значительно больше, чем в европейской кухне. При приготовлении фарша к пельменям, мантам, самсе обычный рецепт содержит две или три части лука к одной части мяса.

Классические кушанья не принято готовить очень острыми или пряными, но широко используются зелень и специи, такие как зира (кумин), тмин, барбарис, кориандр, кунжут, укроп и базилик (райхон), черный перец, острый красный перец.

Для мясных (и не только) блюд в различных смесях специй применяется в основном зира, в то время как тмин большей частью употребляется при выпечке и в овощных европейских блюдах.

Специи принято опускать в горячее масло, чтобы передать свой вкус и аромат именно маслу. В масле ароматные вещества растворяются лучше всего. Например, всыпают зиру, следом

кориандр и немного соли. Масло передает аромат специй мясу.

Если вы пока не привыкли к специям и запахам среднеазиатской кухни, то вместо зиры и кориандра можно положить лавровый лист и перец горошком – все поверх лука, перед тем, как накрывать казан крышкой.

Чаще всего в приготовлении используют овощи: картофель, тыкву, морковь, чеснок и томаты.

Часто в качестве компонента салатов используются особые кисломолочные продукты – катык и сузма.

Специфическим является использование в супах (шурпа) круп – маша (разновидность фасоли), джугары (сорго), риса, кукурузы.

Одно из наиболее популярных и известных блюд – плов. Для узбекской и таджикской кухни характерно совместное приготовление мяса и зерна (чаще всего это рис). В противоположность, например, азербайджанской кухне, где мясо и зерно готовят раздельно. Вообще овощи и зерновые культуры в качестве самостоятельного блюда или гарнира практически не используются, они входят как ингредиенты в основные блюда. Рыба и жирная домашняя птица не популярны в узбекской кухне. Ограниченно используются яйца. Редко используются баклажаны и грибы.

Кондитерские и хлебобулочные изделия также весьма разнообразны. Основное и одно из наиболее популярных хлебобулочных изделий – узбекские лепёшки. Подразделяются на две основные категории: на дрожжевом тесте и воде, на сдобном или слоёном тесте с добавлением масла или жира.

Лепешки (патир или «оби-нон»), которые выпекают в особой глиняной печи – тандыре, занимают особое место среди изделий из теста в национальной кухне. Такой хлеб несут в гости как подарок. Лепешки имеют особый аромат и неповторимые вкусовые качества.

Очень специфичен и разнообразен в узбекской кухне сладкий стол, который никак не является десертом. Сладости, напитки и фрукты, которые на европейском столе завершают любую трапезу, на Востоке употребляются дважды, а то и трижды – их подают и до, и после, и в процессе еды. К столу подают абрикосы, виноград, черешню, сливу, дыню, грецкие орехи, фисташки, сладкий миндаль, ядрышки абрикосов, халвоподобные сладости (халвойтар), сладости на ореховой и изюмной основе и другие.

Узбекские сладости можно разделить на несколько основных категорий – это орехи и сухофрукты, мучные сладости, а также десерты типа мягких конфет и карамели. Конфеты в узбекской кухне также особенные и называются парварда.

Еще одно лакомство – это халва. Она имеет множество видов.

Основные ее ингредиенты – мука, сахар, мед, а также, в различных рецептурах – орехи, изюм и молочные продукты. Все эти десерты приятно тают во рту и считаются очень питательными.

Еще одно очень необычное и невероятно вкусное сладкое блюдо – пашмак. По сути своей эта все та же мучная халва, однако, процесс приготовления во многом разнится. Пашмак – это белые сладкие хрупкие переплетенные нити, хрустящие и тающие во рту.

Многие блюда имеют сложную рецептуру, готовятся вручную, что требует многолетнего навыка и кулинарного искусства. Манты, пельмени (чучвара) лепятся руками, сумаляк готовится на медленном огне более 10 часов. При этом подготовительная стадия по проращиванию пшеницы может занимать несколько дней.

В настоящее время для приготовления блюд в узбекской кухне широко используются современные газовые и электрические плиты, кухонная утварь и приборы. Однако до сих пор популярны и традиционные способы и методы готовки.

Обязательный элемент кухонной посуды – это казан (обычно нескольких видов и размеров). Наиболее удобный казан – это казан полусферической формы, с круглым дном: он может быть чугунный, а может быть так называемый алюминиевый, из сплавов легких металлов. Однако на газовую плиту его без особой подставки не поставить, а об электрической конфорке и вовсе речь не идет. Этот казан может быть использован только на очаге, и выходит, место ему лишь на даче, в загородном доме.

Для городской квартиры удобен казан с плоским дном.

Тандыр – глиняную печь повсеместно можно встретить в Узбекистане и она практически обязательный элемент, в особенности, сельской кухни.

Традиционный вид посуды, на которую сервируют плов и многие другие блюда – лаган, большая плоская тарелка или блюдо. В современной трапезе на узбекской кухне редко используют вилки – если плов не едят руками, то его принято есть ложкой. Другая посуда используемая на узбекской кухне: коса (глубокая миска), пиала (чашка обычно для чая).

Широко используемое в узбекской кухне курдючное сало не всегда можно раздобыть. Для этого надо вырастить курдючного барана, у которого вместо хвоста растет солидных размеров шар – курдюк.

В Узбекистане необычен для европейцев порядок подачи блюд. Обед обычно начинается с чая, им запивают жирную мясную закуску и мучные изделия, чаем завершают еду, запивают

им сладости. Зеленый чай (кок-чай) хорошо утоляет жажду и повышает общий тонус. К нему подают урюк (тутманз) и джем из туточника (шелковицы). Заваривание кок-чая – большое искусство. Его засыпают в особый сосуд (чай-джуш) или чайник, заливают кипятком и ставят на огонь. Во время варки следят за тем, чтобы чай не перегрелся. Нагревание прекращают, когда чаинки начинают перемещаться в жидкости. Если этот момент упустить и вода закипит, то после подачи чай приобретет красный цвет и утратит вкус и аромат. Пьют чай из пиал, наливая его понемногу, чтобы не остывал.

Узбекская кухня сумела вобрать в себя все самое ценное из кулинарного искусства народов Востока.

Салаты

Ачик-чучук (или шакароб)

Состав: *помидоры – 500 г, огурцы – 200 г, лук – 1 шт., зелень, соль.*

Помидоры и огурцы помыть, нарезать тонкими ломтиками или кружочками, а лук нашинковать тонкими кольцами. Затем овощи соединить, заправить солью, уложить в салатницу и посыпать рубленой зеленью.

Салат ачик-чучук, что в переводе с узбекского можно перевести как «острый-пресный», является салатом к плову.

Салат с луком и гранатом

Состав: *лук – 3 шт., гранат (кислых сортов) – 1 небольшой, соль.*

2 луковицы очистить. Каждую луковицу разрезать на восемь долек. Посыпать лук солью.

Зерна граната очистить от кожуры и пленок. Половину зерен размять и выжать из них сок.

Дольки лука руками разделить на кусочки. Высыпать лук в салатницу, сверху полить гранатовым соком. Остальными зернами граната красиво обсыпать лук.

Одну небольшую луковицу очистить, разрезать пополам и сделать «розетки». В розетки насыпать гранатовые зерна и положить их сверху на салат, как украшение.

Лук с уксусом

Состав: *лук репчатый – 3 шт., свежий зеленый лук – 1 пучок, зелень укропа – 3–5 веточек, виноградный уксус – 1 ст. ложка, перец красный молотый, соль.*

Лук очистить и нарезать тонкими колечками. Зеленый лук и укроп промыть и измельчить.

Лук репчатый выложить в салатницу, посыпать измельченной зеленью, поперчить и посолить. Полить виноградным уксусом и перемешать.

Дать пропитаться минут 10–15, после чего еще раз перемешать и подать к столу. Готовится обычно к шашлыку.

Салат из свежих помидоров

Состав: *помидоры – 500 г, лук – 3 шт., кинза – 1 пучок, перец красный молотый, соль.*

Свежие помидоры промыть и нарезать дольками. Лук очистить и нарезать тонкими колечками. Кинзу промыть и мелко

порубить. Выложить в салатницу помидоры и лук. Поперчить, посолить, посыпать измельченной кинзой и слегка перемешать.

Подается к плову и шашлыку.

Салат из редьки

Состав: *большая редька – 1 шт., 1–2 красная морковь – 1–2 шт., лук – 2 шт., виноградный уксус – 1 ст. ложка, маринованный лук – 50 г, перец и соль – по вкусу.*

Очищенную и мелко нарезанную соломкой редьку перемешать с луком, нарезанным кольцами. Затем заправить тертой красной морковью, солью, молотым перцем и виноградным уксусом. Можно добавить маринованный дикий лук, нарезанный кубиками.

Украсить кружочками редиски, лука и моркови, посыпать мелко нашинкованной зеленью. Салат подают к жирным и мучным блюдам.

Салат из редьки с сыром

Состав: *редька белая – 2 шт., сыр (твердых сортов) – 200 г, соль – по вкусу.*

Сочную редьку очистить и нарезать соломкой, также нашинковать соломкой сыр, перемешать редьку с сыром, слегка посолить, положить на тарелочки и подать на стол.

Салат из редьки с орехами

Состав: *редька – 500 г, очищеные орехи (фисташки, миндаль, грецкие) – 100 г, соль – по вкусу.*

Редьку сорта «маргиланский» или «алтыарыкский» очистить, нашинковать соломкой, обдать крутым кипятком, посыпать солью. Ядра любых орехов истолочь или пропустить через мясорубку и смешать с редькой, положить на тарелки и подать на стол.

Салат из редиса и зеленого лука

Состав: *редис – 400 г, зеленый лук – 100 г, сузьма или сметана – 100 г, яйцо – 3 шт., перец черный молотый, соль.*

Редис (белый или красный) очистить от ботвы, промыть и нарезать тонкими кружочками. Зеленый лук перебрать, промыть, очистить и мелко нашинковать. Яйца отварить вкрутую, очистить. 2 яйца мелко нашинковать.

Выложить в салатницу редис и лук (несколько кружочков редиса оставить). В сузьму или сметану добавить перец, соль и все хорошенько перемешать. Добавить к редису и луку, все еще раз хорошенько перемешать. Салат разровнять.

Оставшееся яйцо разрезать пополам. Половинку желтка выложить в центр салата, вокруг выложить нарезанные дольки яичного белка – должна получиться «ромашка». Вокруг разложить кружочки редиса. Салат можно украсить и при помощи зеленого лука.

Салат из зелени

Состав: *редиска – 1 пучок, зеленый лук – 1 пучок, кинза – 1/2 пучка, укроп – 1/2 пучка, огурец – 2–3 шт., соль и другие пряности – по вкусу.*

Мелко нарезать редиску, нашинковать зеленый лук, зелень кинзы, укропа. Огурцы нарезать мелкими кубиками. Все это перемешать, добавить соли, красного или молотого черного перца.

Готовый салат положить в салатницу, украсить фигурками из редиски и огурцов.

Салат из зелени с яйцами

Состав: *яйцо – 2–3 шт., зелень кинзы, тархуна, укропа, петрушки, лука – по 1 пучку, сузьма или сметана (майонез) – 100 г, соль, перец – по вкусу.*

Яйца сварить, зелень хорошо промыть, подсушить. Все продукты мелко нашинковать, смешать с сузьмой, посолить, можно поперчить и подать к любому блюду.

Помидорный сок к плову и шашлыку

Состав: *помидоры – 500 г, зеленый лук – 1 пучок или белый репчатый лук – 1–2 шт., чеснок – 1 головка, соль и перец – по 1 ч. ложке.*

Промыть помидоры холодной водой, выжать сок специальной соковыжималкой. Если нет такого прибора, нужно снять с помидоров кожицу, пропустить их через мясорубку и быстро отжать сок. В сок добавить мелко нашинкованный зеленый или репчатый лук и чеснок. Перемешав ложкой, заправить мелкой солью и молотым перцем.

Помидорный сок подают к плову, шашлыку и к другим мясным блюдам. За 10–15 минут до подачи сок разлить в стаканы.

Салат из огурцов с яйцами

Состав: *огурцы – 3–4 шт., кинза или укроп – 1 пучок, вареные яйца – 2–3 шт., помидорный сок – 1/2 стакана, соль и пряности – по вкусу.*

Огурцы и яйца нарезать полукружочками, зелень измельчить.

На плоское блюда выложить слоями огурцы, яйца, пересыпая солью и пряностями. Сверху посыпать зеленью с солью и пряностями. Весь салат полить помидорным соком и дать настояться. Можно на зелень посыпать красный молотый перец.

Салат из ревеня

Состав: *ревень – 4–5 веточек, редиска – 1 пучок, зеленый лук – 1/2 пучка, сметана – 4 ст. ложки, соль – по вкусу.*

С веточек ревеня, обмытого в холодной воде, снять кожицу и нарезать их кубиками в 1–1,5 см. Очищенный зеленый лук нарезать покрупнее, все перемешать. Добавить нарезанную кубиками редиску, заправить сметаной, посыпать слегка солью.

Салат из овощей и гороха

Состав: *репа – 3 шт. средней величины, морковь – 2 шт., лук – 1 шт., вареный горох – 200 г, сметана – 50 г, соль и пряности – по вкусу.*

Очищенную репу и красную морковь сварить, охладить, нарезать кубиками. Мелко нарезанный кольцами лук промыть в горячей воде. Отдельно отварить горох, посыпать солью, черным перцем. Все осторожно перемешать.

Готовый салат полить сметаной, украсить фигурками из репы и моркови.

Салат можно подавать отдельно в качестве холодной закуски.

Первые блюда

Узбекские национальные супы вкусны и высокопитательны. Они отличаются тем, что в их приготовлении больше используют мясо, морковь, репу, лук, зелень.

В узбекской кулинарии супы готовят на мясном, костном, а в некоторых местах (Хорезме, Каракалпакии) – рыбном бульоне. Широко распространены также супы, заправленные пресным или кислым молоком.

Суп варят с рисом, пшенной крупой, машем, фасолью, горохом, джугарой, с различными сортами тыквы.

Любимыми супами узбеков являются шурпа и мастава. Технология приготовления маставы похожа на технологию приготовления плова, и поэтому народ это блюдо называет «жидким пловом». Маставу, как и многие другие супы, готовят не только к обеду и ужину, но иногда и к завтраку.

В зависимости от способа приготовления супы разделяются на приготовленные из предварительно поджаренного мяса (мастава, каурма-шурпа и др.) и сырого мяса (шурпа-чабан, нарын и др.). Подготовка продуктов для разного рода супов различна. Для супов с поджаркой мясо и овощи нарезают мелкими кусочками, для супов без поджарки мясо закладывают крупными кусками. Чтобы придать супу более острый вкус, поджариваемое мясо кроме специй заправляют еще помидорами, болгарским перцем, томатом, а супы без поджарки – кислым молоком. Все супы, кроме молочных, заправляют стручковым или молотым черным или красным перцем. Из зелени широко используются кинза, укроп, райхон, а также лавровый лист.

Шурпа

***Состав на 8 порций**: баранина – 450 г, вода – 2–2,5 л, сало курдючное – 40 г, картофель – 530 г, морковь – 100 г, помидоры – 100 г, или томат-пюре – 40, лук репчатый – 80 г, соль – 2–3 ч. ложка (по вкусу), перец – 1 щепотка, красный перец – 1 щепотка, лавровый лист – 1–2 шт.*

Знаменитый заправочный суп с тысячелетней историей. Главное отличие шурпы от всех других супов – особый ритуал приготовления. Любую шурпу имеет смысл готовить в большом количестве и в толстостенной посуде. Потому, что очень важно добиться режима томления бульона без следов кипения. А в маленькой кастрюле с тонкими стенками и дном это сделать весьма проблематично. Поэтому в Узбекистане шурпу готовят в казане. Дома, если нет казана, можно готовить нохат шурпу в

толстостенной кастрюле (гусятнице).

Баранину помыть, нарезать кусочками. Мясо и курдючное сало залить холодной водой, довести до кипения (снять пену) и варить до полуготовности на небольшом огне (40–50 минут).

Тем временем почистить и помыть картофель, нарезать кубиками. Лук репчатый почистить и помыть, нарезать кубиками. Морковь почистить, помыть, нарезать соломкой или небольшими кусочками.

Затем добавить лук, морковь, нарезанные соломкой помидоры или томат-пюре, картофель, нарезанный кубиками, красный перец, соль и специи.

Варить шурпу до готовности на небольшом огне под крышкой, около 20–25 минут. Шурпа из баранины готова.

При подаче шурпу посыпать зеленью.

Нохат-шурпа

Состав: *мякоть говядины – 500 г, нут сухой – 1 стакан, морковь – 1–2 шт. (100 г), картофель – 3–4 шт. (500 г), чеснок – 1 головка, перец болгарский – 1 шт. (200 г), помидоры – 2–3 шт. (300 г), лавровый лист – 3–4 листа, перец черный горошком – 10–12 шт., соль, перец черный молотый – по вкусу, зелень петрушки – пучок, гранат – половина плода.*

Нут заранее замочить (на ночь).

Так как варить-томить будем долго, все режем крупными кусками. В Узбекистане в казан часто бросают очищенные овощи целиком. Порезать мясо кусочками. Очистить и порезать лук. Мелкий лук можно порезать кольцами. На дно толстостенной кастрюли (или казана, утятницы) положить лук и разровнять его. Сверху положить мясо. Потом слой крупно нарезанной моркови и картофеля, порезанного крупными кусочками.

Очистить чеснок и положить сверху картофеля. Очистить болгарский перец от семян и нарезать ломтиками.

Слить воду с замоченного нута и положить его в кастрюлю. Сверху – порезанные кружочками или половинками кружочков помидоры. Положить лавровый лист, перцы горошком, 1 ст. ложку соли и 0,5 ч. ложки молотого перца.

Залить все это кипятком на 3 пальца выше уровня продуктов. Это как раз до верха кастрюли. Довести до кипения, собрать пену. Пену собрать надо несколько раз, пока бульон не будет прозрачным. Варить на маленьком огне, чтобы даже не кипело, а иногда чуточку побулькивало (как варим холодец). Конечно с приоткрытой крышкой. Варим не менее 2-х часов.

Бульон должен быть прозрачным, а овощи мягкими, но не разваренными. При подаче нохат-шурпу украсить зеленью и

зернами граната.

Шурпа-чабан

Состав: *баранина – 400 г, картофель – 8 шт., лук репчатый – 4 головки, помидоры – 2 шт., томат-пюре – 1 ст. ложка, маргарин столовый – 2 ст. ложки, перец чёрный молотый, зелень, соль – по вкусу.*

Кусочки баранины залить холодной водой и варить. За 30 минут до окончания варки в бульон положить часть нарезанного лука, картофель, помидоры или томат и варить до готовности. Оставшийся сырой репчатый лук мелко нашинковать, посыпать перцем. При подаче лук положить в тарелку, налить суп и посыпать измельченной зеленью петрушки или укропом.

Кавурма-шурпа

Состав: *баранина – 500 г, или говядина – 500 г, сало курдючное – 200 г, картофель – 500 г, помидоры – 400 г, или томат-паста – 40 г, лук репчатый – 200 г, морковь – 200 г, перец красный стручковый – 100 г, кинза – 50 г, или укроп – 50 г, соль – по вкусу.*

Сало нарезать кубиками, перетопить, вынуть шкварки, спассеровать лук, положить мясо, нарезанное ломтиками, обжарить до румяной корочки, положить морковь. Затем добавить нарезанные дольками помидоры или томатную пасту, потушить несколько минут, положить нарезанный кружочками картофель, стручок перца, перемешать все, залить водой и дать закипеть, затем уменьшить огонь и томить кавурма-шурпу до полной готовности около часа.

Готовую кавурма-шурпу при подаче посыпать рубленой зеленью и кольцами лука.

Каурма-шурпа по-карапалкакски

Состав на 6 порций: *говядина – 500 г, вода – 1 л, лук – 100 г, морковь – 200 г, картофель – 3–4 шт., перец сладкий – 200 г, чеснок – 1–2 зубка, масло растительное – 2–3 ст. ложки, томат-пюре – 2 ст. ложки, или томатная паста – 1 ст. ложка, лавровый лист – 1–2 шт., соль – 1,5–2 ч. ложки, перец черный молотый – 0,5 ч. ложки, пряности (базилик, кинза или зира) – 0,5 ч. ложки, зелень – 2–3 веточки.*

Мясо залить холодной водой. Очистить луковицу. Воду довести до кипения, снять пену, добавить целую луковицу, лавровый лист, накрыть крышкой и сварить бульон на медленном огне (40 минут).

Очистить лук, нарезать соломкой или полукольцами. На

сковороде разогреть 1 ст. ложку растительного масла. Лук поджарить в разогретом масле до прозрачности (5–7 минут на среднем огне). Отложить.

Морковь очистить, вымыть и нарезать кубиками или соломкой.

Мясо вынуть из бульона и нарезать небольшими кусочками. Разогреть на сковороде 1 ст. ложку растительного масла. Мясо, нарезанное небольшими кусочками, обжарить равномерно до золотистого цвета (10 минут на среднем огне).

Смешать с луком, добавить нарезанную кубиками морковь, томат и готовить в течение 5–6 минут.

Картофель очистить, вымыть, нарезать дольками.

Затем мясо с овощами переложить в кастрюлю. Залить бульоном (2 л) и довести до кипения. После чего добавить картофель, нарезанный дольками. Всыпать соль, перец, пряности и варить узбекскую шурпу 10–15 минут при слабом кипении.

Перец вымыть, удалить семена, нарезать тонкой соломкой. Чеснок очистить. Через 10–15 минут (за 5 минут до окончания варки) добавить сладкий перец и выдавленный чеснок.

Шурпа должна затем настояться. Зелень нарезать.

Подается на стол горячая шурпа по-узбекски со свежей зеленью.

Суп-шурпа из утки

Состав: *небольшая утка – 1 кг, масло растительное – 100 г, луковицы – 3–4 шт., морковь – 3 шт., свекла – 1 шт., картофель – 500 г, укроп, зелень петрушки – по вкусу.*

Тушку утки разделывают на 5–6 кусков. Репчатый лук, морковь, свеклу, картофель нарезают мелкими кубиками. В посуду наливают растительное масло и разогревают на огне, кладут туда куски утки и поджаривают до золотистого цвета. Добавляют репчатый лук и тоже обжаривают до золотистого цвета. После этого кладут морковь, свеклу и тушат, помешивая, на медленном огне 20–25 минут. Затем содержимое заливают водой и варят около часа.

За 15–20 минут до готовности мяса суп солят по вкусу, кладут картофель, лавровый лист, черный молотый перец. Как только картофель будет готов, посуду снимают с огня и добавляют немного нашинкованного укропа и петрушки.

Кифта-шурпа

Состав: *баранина – 300 г, рис – 4 ст. ложки, яйца – 2 шт., маргарин столовый – 2 ст. ложки, горох – 4 ст. ложки, морковь – 1 шт., картофель – 4 шт., лук репчатый – 2 головки, помидоры – 2*

шт., перец чёрный молотый – по вкусу, соль – по вкусу.

Баранину дважды пропустить через мясорубку, фарш заправить перцем, солью, яйцом, смешать с припущенным до полуготовности рисом и разделать на кифта в виде сарделек. Кифта варить в бульоне с картофелем. Затем прибавить пассерованные морковь, лук, помидоры и горох, сваренный отдельно в бульоне.

Кайнатма-шурпа

Состав: *мясо – 500 г, картофель – 500 г, морковь – 400 г, лук – 5–6 шт., помидоры – 4–5 шт., лавровый лист, красный перец – 1–2 стручка, зелень кинзы – 1/2 пучка, черный перец – 1 ч. ложка.*

Баранину (грудинку и реберную часть) положить в кастрюлю, добавив немного сала, залить холодной водой и варить. Пену не снимать, так как она сама исчезнет, как только будет положен нашинкованный лук. Добавить вместе с луком очищенную целую морковь, нарезанные дольками помидоры, соль и специи.

Варить в течение 20 минут на слабом огне. Затем положить очищенный целый картофель, убавить огонь и продолжать варку. Как только картофель сварится, суп снять с огня.

За 3–4 минуты до подачи на стол в суп положить измельченную зелень кинзы и несколько раз перемешать.

Вынуть из котла мясо, положить на большое блюдо, нарезать кусками, украсить сваренными в супе морковью и картофелем, посыпать черным перцем.

Разлить суп по глубоким мискам, посыпать черным перцем.

К супу подать патыр (тонкая лепешка из пресного теста) или черствые лепешки.

Гордош-шорпа

Состав: *баранина – 110 г, картофель – 130 г, лук репчатый – 75 г, маргарин – 10 г, кефир – 25 г, перец красный молотый, соль – по вкусу.*

Куски баранины с косточкой заливают холодной водой и варят до полуготовности. Затем кладут картофель и продолжают варить до готовности. Перед подачей заправляют пассированным репчатым луком, кефиром и красным молотым перцем.

Коурма-шурпа

Состав: *бараний окорок или мякоть лопаточной части – 1 кг, сало курдючное – 350 г, лук красный – 2 кг, перец болгарский (200 г) – 3–4 шт., помидоры – 300 г, картофель – 0,5 кг, морковь – 0,5 кг, нут – 100 г, зелень петрушки, кинза, зелень райхона, джамбул, зира, кориандр, яблоко зеленое – по вкусу.*

Казан нагреть, вытопить курдючное сало, шкварки вынуть.

Мясо нарезать кусочками 3–5 см или крупнее, слегка обжарить до образования легкой корочки. Половину лука крупно нарезать и добавить к мясу и обжарить до светло-золотистого цвета. Положить четвертушки помидоров и кольца болгарского перца, обжарить, чтобы пустили сок. Добавить сухие приправы. Морковь нарезать наискосок, добавить в казан и обжаривать 5 минут.

Залить 5 л воды, положить горох, предварительно замоченный и отваренный до полуготовности. Довести до кипения и уменьшить огонь. Варить не менее 30 минут, в это время положить яблоки и часть зелени пучком. В конце варки зелень выбросить, положить картофель и тонко нарезанный лук, посолить. Варить до готовности картофеля. Подавать в пиалах или тарелках, посыпав мелко нарубленной зеленью.

Шолгом-шурпа

Состав: *мясо (филейная часть баранины, кости с костным жиром и мякоть) – 500 г, репа – 500 г, морковь и картофель – 2–3 шт., помидоры – 3 шт., лук – 3–4 шт., красный и болгарский перец – по 1 шт., лавровый лист, чёрный перец – 1 ч. ложка, зарчава на кончике ножа.*

Положить в кастрюлю целым куском мясо, залить водой и поставить на слабый огонь.

Очистить репу, нарезать поперек кусочками и залить водой. Очистить морковь, нарезать кружочками толщиной 2 см. Морковь и репу положить в кипящий суп. Одновременно добавить мелко нашинкованный лук, болгарский перец, помидоры, соль и специи. Варить в течение 1 часа на слабом огне. Затем положить картофель, нарезанный кусочками. Зарчаву добавляют по вкусу. По готовности картофеля снять суп с огня.

Вынуть мясо, положить на большое блюдо, нарезать, уложить овощи, варившиеся в супе. Разлить суп в касы, посыпать кинзой и черным перцем.

К супу можно подать черствую лепёшку или чалпак (тонкая лепёшка, жаренная в масле).

Помидор-шурпа

Состав: *косточки с мясом – 500 г, помидоры (небольшие) – 700 г, лук – 3 шт., картофель – 3–5 шт., стручок красного перца, зелень укропа и кинзы, соль.*

Кости с мясом положить в кастрюлю, залить водой и варить 2–2,5 часа, периодически удаляя с поверхности пену. После кости извлечь, срезать мясо. Мясо вернуть в бульон.

Лук очистить, промыть нарезать колечками и добавить в суп. Перец очистить, промыть, нарезать тонкой соломкой или полуколечками и добавить в суп. Посолить и проварить.

Помидоры (некрупные) промыть, срезать хвостик. Картофель очистить, промыть и разрезать на 4–8 частей. Выложить в суп помидоры и картофель и варить на маленьком огне около 30 минут.

Готовый суп разлить по тарелкам, посыпать измельченной зеленью укропа и кинзы и подать к столу.

Сорпа

Состав: *баранина (грудинка) – 1 кг, картофель – 1 кг, пшено – 100 г, морковь средняя – 1 шт., лук репчатый средний – 1 шт., лавровый лист – 4–5 шт., соль – по вкусу, черный перец – по вкусу, чеснок – 2–3 зубчика, зелень – пучок.*

Баранину вымыть, положить в кастрюлю с холодной водой. Довести до кипения, снять пену, убавить огонь, добавить соль, лавровый лист, накрыть крышкой и варить примерно 2 часа, до готовности мяса. Когда мясо будет готово, его из кастрюли вынуть, а бульон процедить.

Овощи почистить, вымыть. Луковицу полностью от шелухи очищать не надо. Морковку – нарезать полукружочками. Картофель нарезать крупными ломтиками. Овощи и пшено сложить в кастрюлю с бульоном и на среднем огне варить сорпу до готовности. Мясо нарезать крупными кусками и тоже добавить в бульон. Разлить по порционным тарелкам и посыпать зеленью.

Нарын

Состав*: баранина – 54 г, грудинка баранья копченая – 34 г, сало курдючное – 10 г, лук репчатый – 30 г, специи – по вкусу,* ***для теста:*** *мука пшеничная – 75 г, вода – 25 г.*

Баранину, копченую грудинку и сало отваривают, затем вынимают из бульона, охлаждают и нарезают соломкой.

Из муки и воды замешивают крутое тесто, тонко раскатывают его и режут на куски 10х5 см, отваривают в соленой воде и нарезают соломкой. Лук мелко шинкуют и пассируют до золотистого цвета. При подаче мясные продукты, лапшу и лук посыпают перцем и заливают бульоном.

Мастава

Состав на 4 порции: *баранина – 400 г, рис – 150 г, картофель – 200 г, помидоры – 80 г, лук репчатый – 70 г, морковь – 70 г, масло растительное – 2 ст. ложки, чеснок – 1 зубок, перец чили – по вкусу, соль – по вкусу, перец черный молотый – по вкусу, зира (по*

желанию) – по вкусу, вода – 2 л.

Баранину нарежем порционными кусочками. В казан нальем растительное масло и прогреем его. Выкладываем в казан баранину и обжариваем ее до румяной корочки 15 минут на сильном огне.

Лук репчатый нарежем полукольцами, чеснок мелко нарубим ножом, перец чили нарежем кружочками. Перекладываем лук, чеснок, перец чили в казан к мясу и обжариваем овощи с мясом 5–7 минут. Морковь нарежем полукружиями и добавим в казан. Обжарим все вместе, помешивая, еще 5–7 минут.

Теперь всыпаем в казан рис. Заливаем рис с овощами 2 л воды и готовим маставу еще 15 минут.

Нарежем картофель и помидоры кубиком. Добавим картофель и помидоры в суп. Добавим соль и черный молотый перец по вкусу. Можно по желанию добавить зиру. Варим суп еще 25 минут, до полной готовности риса и картофеля.

Густой, ароматный суп мастава готов. Традиционно маставу подают со свежими овощами, хлебом или лепешками.

Мастава с кислым молоком

Состав: *баранина – 400 г, маргарин столовый – 2 ст. ложки, рис – 8 ст. ложек, картофель – 4 шт., морковь – 1 шт., репа – 1 шт., лук репчатый – 2 шт., помидоры свежий – 2 шт., томат-пюре – 1 ст. ложка, молоко кислое – 0,5 стакана, перец чёрный молотый, соль – по вкусу*

Баранину нарезать на кусочки весом по 15–20 г и обжарить в сильно нагретом жире. Добавить нашинкованный соломкой лук, красный перец, соль и продолжать обжаривание, затем положить нарезанные мелкими кубиками репу и морковь, добавить помидоры или томат-пюре и пассеровать еще 5–10 минут. Залить бульоном, положить рис, картофель, нарезанный крупными кубиками, и варить до готовности.

При подаче суп заправить кислым молоком, перцем и посыпать зеленью.

Суп-лагман классический

Состав на 8 порций*: мякоть говяжья – 400 г, лук – 1 шт., редька – 1 шт., помидоры – 2 шт., или томат-паста – 1–2 ст. ложки, вода – 2,5 стакана, чеснок – 6 зубчиков, масло растительное – 30 г, соль – по вкусу, перец красный молотый – по вкусу, зелень – по вкусу,* ***для лапши:*** *мука – 2 стакана, вода – 0,7–1 стакан, соль – 1 щепотка, растительное масло – 1–2 ч. ложк.*

Если для супа лагман вы используете помидоры, то рекомендуется помидоры помыть, залить кипятком на 2–3

минуты. Затем слить воду и залить холодной водой. Очистить шкурку. Помидоры натереть на крупной терке.

Муку просеять. Посолить, добавляя воду, замесить тесто для лапши. Накрыть полотенцем и оставить на 2 часа.

Подсыпая муку, тесто раскатать в кружок толщиной около 0,5 см. Затем нарезать тесто на полоски (6–8 частей и более), смазать маслом, оставить для настойки на 10 минут. Затем полоски теста скатать в тонкие колбаски, растянуть руками, сложить пополам и растягивать еще до получения тонких тестяных нитей. Можно лапшу подсушить.

Вскипятить 2,5 л воды. Полученную длинную лапшу-лагман отварить в кипящей подсоленной воде до готовности (2–3 минуты). Откинуть лапшу на дуршлаг, промыть, дать стечь воде и смазать растительным маслом.

Мясо без костей промыть, нарезать небольшими кубиками. Разогреть казанок, налить растительное масло. В горячее масло выложить подготовленное мясо. Обжарить на масле, на среднем огне, помешивая, до появления поджаристой корочки (10–15 минут).

Почистить, помыть и нарезать репчатый лук кубиками. Очистить, помыть и нарезать соломкой редьку. К мясу добавить нашинкованный репчатый лук, нарезанную соломкой редьку. А также тертые свежие помидоры или томатную пасту, соль и продолжать обжаривать, периодически помешивая, 10–15 минут. После чего залить водой или мясным бульоном. Варить на самом маленьком огне, под крышкой, до готовности (40–60 минут).

Помыть и нарезать зелень. Очистить и мелко нарубить ножом чеснок. В конце варки добавить рубленый чеснок, перец зелень.

Перед подачей положить в суп-лагман лапшу и разогреть. При подаче посыпать зеленью.

Лагман азиатский

Состав на 6 порций: *говядина – 600 г, растительное масло (или жир) – 30 г, картофель – 200 г, лук репчатый – 50 г, чеснок – 12 г, перец болгарский – 50 г, морковь – 80 г, редька (по желанию) – 50 г, томат-пюре – 40 г, или свежие помидоры – 3–4 шт., специи – 0,25 ч. ложки (по вкусу), соль – 1 ст. ложка (по вкусу), бульон (или кипяток) – 1 л (по вкусу);* ***для теста:*** *мука пшеничная – 300 г, яйца – 2 шт., вода – 100 г;* ***для подачи на стол:*** *зелень – 2 ст. ложки (по вкусу).*

Муку просеивают. В миску к муке добавляют яйца и воду. Из муки, воды и яиц замешивают пресное тесто (как на домашнюю лапшу). Подсыпая муку, тесто тонко раскатывают (около 2 мм толщиной). Кружок теста посыпают мукой, сворачивают в

трубочку, нарезают длинной лапшой.

Ваджу (мясной соус) для лагмана. Кипятят 2 л воды, солят (1 ч. ложка соли). В кипяток опускают лапшу, доводят до кипения, отваривают в соленой воде до готовности (3–4 минуты). Готовую лапшу промывают 2–3 раза и откидывают на дуршлаг.

Для лагмана готовят мясной соус (ваджу). Мясо моют, нарезают мелкими брусочками, солят. Очищают и моют лук и морковь. Морковь нарезают соломкой, а лук – кубиками. Перец и редьку (по желанию) очищают, моют и нарезают соломкой. Картофель очищают, моют и нарезают брусочками. Чеснок чистят, мелко рубят.

Разогревают сковороду (или казанок), добавляют растительное масло (или жир). В горячее масло добавляют мясо. Мясо обжаривают в масле (жире) на среднем огне, помешивая, до образования румяной корочки (10–15 минут). Затем добавляют нарезанную соломкой морковь, репчатый лук, сладкие стручковый перец, редьку (по желанию). Все перемешивают и продолжают жарить еще 8–10 минут, периодически помешивая. Выкладывают все в казанок. Затем добавляют картофель, нарезанный брусочками, мелкорубленый чеснок, томат-пюре или нарезанные свежие помидоры. Заправляют черным и красным перцем, заливают водой (или бульоном) и тушат на слабом огне до готовности 30–40 минут.

При подаче, лапшу подогревают, опустив в горячую воду. Укладывают в касы или глубокую тарелку, заливают сверху мясным соусом и посыпают лагман рубленой зеленью.

Лагман по-узбекски

Состав: *говядина (мякоть) – 300 г, лапша длинная – 50–200 г, капуста белокочанная – 150 г, сельдерей черешковый – 2 стебля, помидор – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., морковь – 2 шт., перец красный острый – 1 шт., перец болгарский – 1 шт., редька зеленая – 1 шт., томат-паста – 1 ст. ложки, чеснок – 2 зубчика, аджика сухая – 0,5 ч. ложки, кориандр молотый – 1 ч. ложка, масло растительное – 3 ст. ложки, паприка сухая – 1 ч. ложка, соль – по вкусу.*

Для приготовления лагмана нам понадобится мясо, зеленая редька, перец, капуста, сельдерей.

Говядину нарезаем тонкими полосочками или небольшими кубиками. Лук нарезаем тонкими полукольцами, а морковь нарезаем маленькими кубиками. В глубокой сковороде с разогретым подсолнечным маслом обжариваем до нежной корочки мясо. Солим по вкусу. Добавляем лук и морковь. Обжариваем овощи с мясом, постоянно помешивая, 5 минут.

Нарезаем произвольно овощи: капусту, стебли сельдерея и зеленую редьку. Также нарезаем помидоры, перец болгарский и перец острый достаточно мелко. В сковороду к слегка обжаренному мясу, луку и морковке добавляем помидоры и перцы. Добавляем мелко нарезанный чеснок, томат-пасту, кориандр, сухую аджику, паприку, соль и черный перец. И последними добавляем в сковороду нарезанные капусту, сельдерей и редьку. Перекладываем все в кастрюлю, заливаем 5–6 стаканами воды. Варим лагман 15–20 минут (овощи не должны развариться). Лапшу варим в подсоленной воде до готовности.

В отдельную тарелку кладем небольшое количество готовой лапши. Заливаем лапшу мясной подливой с овощами и по желанию посыпаем лагман зеленью.

Лагман узбекский, вегетарианский

Состав на 6 порций: *соевое мясо (например, соевый гуляш) – 100 г, лапша длинная (готовая) – 400 г, картофель – 3–4 шт., лук репчатый – 1–2 шт., морковь – 1 шт., томат-паста – 1 ст. ложка, или помидоры – 3–4 шт., соль – 0,5 ст. ложки, перец – 1 щепотка, лавровый лист – 1 шт., масло растительное – 30 г, чеснок (по желанию) – 2–4 зубчика, зелень – 1 пучок.*

Лапшу отварить отдельно. Для этого вскипятить в кастрюле 2,5 л воды, посолить. Опустить в кипяток лапшу, довести до кипения. Варить на среднем огне до готовности. Готовую лапшу откинуть на дуршлаг.

Вскипятить чайник. Положить в кастрюлю соевое мясо, залить кипятком. Варить на среднем огне 10 минут, без крышки. Откинуть на дуршлаг.

Почистить и помыть картофель, нарезать на кусочки. Налить в кастрюлю 2 л воды. Довести до кипения. Опустить картофель в кипяток. Картофель отварить до готовности, около 20 минут.

Пока варится картофель, морковь почистить, помыть, натереть на крупной терке. Лук репчатый почистить, помыть, нарезать кубиками. Разогреть сковороду, налить растительное масло. Выложить лук и морковь. Пассеровать, помешивая, 2–3 минуты. Затем добавить томат-пасту. Перемешать. Вместо томат-пасты можно добавить помидоры. Для этого их нужно очистить от кожуры и измельчить. В конце тушения добавить сою и потушить 5–10 минут под крышкой, на небольшом огне.

В картофельный отвар добавить пассерованные овощи с соей, посолить, добавить специи. Варить под крышкой на маленьком огне 10 минут.

Почистить, порубить ножом чеснок. Помыть, мелко нарезать зелень. В тарелки разложить лапшу, залить овощным бульоном.

Зелень и чеснок добавить в тарелки.

Рисовый суп с поджаркой

Состав: *говядина – 500 г, рис – 150 г, помидоры – 200 г, или томатная паста – 50 г, морковь – 200 г, лук репчатый – 150 г, масло растительное – 75 г, соль – 2 ч. ложки, перец чёрный молотый – 1 ч. ложка, зира – по вкусу, вода – 2,5 л, зелень (для подачи) – по вкусу.*

Нарезаем 500 г мякоти говядины кубиками со стороной 1,5–2 см. 150 г лука нарезаем полукольцами. 200 г моркови нарезаем кубиками со стороной 0,5 см.

В казане или в кастрюле с толстым дном разогреваем 75 г растительного масла. Закладываем мясо и обжариваем его, время от времени перемешивая, до румяной корочки. Добавляем лук и морковь, продолжаем обжаривание.

Нарезаем 200 г помидоров. Добавляем помидоры к мясу, луку и моркови. Слегка обжариваем. В обжаренные мясо и овощи заливаем 2,5 л холодной воды, доводим до кипения. Всыпаем 150 г промытого риса. Доводим до кипения, насыпаем 2 ч. ложки соли, 1 ч. ложку черного молотого перца и зиру.

Варим рисовый суп с поджаркой на маленьком огне до полной готовности всех продуктов, около 20 минут.

Готовый рисовый суп наливаем в касу, посыпаем зеленью и подаём к столу, с лепёшкой и свежими овощами.

Суп из баранины с фасолью

Состав: *баранина – 300 г, фасоль стручковая – 150 г, картофель – 3 шт., помидоры – 3 шт., перец болгарский – 2 шт., луковицы – 2 шт., баклажан – 1 шт., масло растительное – 2 ст. ложки, зелень укропа рубленая – 1 ст. ложка, зелень петрушки рубленая – 1 ст. ложка, перец красный молотый – 0.25 ч. ложки, соль – по вкусу.*

Мясо промыть, нарезать небольшими кусочками, залить 1 л воды, варить 50 минут. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Картофель очистить, вымыть, нарезать крупными дольками. Лук и картофель положить в бульон, посолить, варить 10 минут. Помидоры вымыть, мелко нарезать. Баклажан очистить, вымыть, нарезать кубиками. Стручковую фасоль вымыть, нарезать кусочками длиной 4–5 см. Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать соломкой. Помидоры, фасоль, баклажан и перец жарить на сковороде в растительном масле 5 минут, затем добавить в бульон вместе с красным перцем. Варить суп еще 10 минут, разлить по тарелкам, посыпать зеленью укропа и петрушки.

Суп гороховый по-узбекски

Состав: *баранина – 500 г, нут сушеный – 1 стакан, или горох сушеный – 1 стакан, масло растительное – 3 ст. ложки, луковицы – 3 шт., морковь – 1 шт., помидоры – 2 шт., картофель – 2 шт., соль, перец, лавровый лист, зелень – по вкусу.*

Горох нут замочить в холодной воде на 5–6 часов. Вместо нута можно использовать другие сорта гороха. Мясо нарезать кусочками, сложить и толстостенную глубокую посуду, добавить масло и обжарить до образования поджаристой корочки. Затем добавить нарезанный полукольцами репчатый лук, нарезанные морковь, помидоры и обжаривать еще 5–7 минут. Мясо и овощи залить водой, добавить предварительно замоченный горох и варить 20–25 минут. После чего добавить нарезанный кубиками картофель, соль, перец, лавровый лист и варить суп до готовности. Поданный суп посыпать зеленью.

Машхурда

Состав: *маш – 1 стакан, рис – 1 стакан, мясо – 300 г, жир – 100 г, луковицы – 2 шт., морковь – 1 шт., картофель – 2 шт., помидоры (летом) – 2–3 шт., или томат-паста (зимой) – 1 ст. ложка, зелень, соль, перец – по вкусу.*

Промыть перебранный маш, положить в кастрюлю с холодной водой и отварить отдельно до размягчения.

В котле с шарообразным дном перетопить жир, спассировать в нем лук, положить кусочки мяса, обжарить, положить морковь, нарезанную кубиками, и протушить вместе с помидорами или томатной пастой. После этого залить водой, дать закипеть, посолить, поперчить и положить вымытый рис и картофель, нарезанный крупными кубиками. По готовности риса добавить отваренный маш, перемешать.

Суп налить в кассы (миски), посыпать рубленой зеленью и подать к столу.

Угра чучвара

Состав для бульона*: кости – 1 кг, лук – 2 шт., чеснок – 1 головка, лавровый лист – 1 лист, соль – по вкусу;* ***для фарша:*** *мясо – 500 г, лук – 2–3 шт., белок – 1 шт., соль – 0,5 ч. ложки;* ***для теста:*** *мука – 500 г, яйца – 1 шт., вода – 1 стакан, соль – 0.5 ч. ложки.*

Промытые бараньи или говяжьи кости залить холодной водой и варить в течение 2 часов, добавить очищенные целиком лук и чеснок. По готовности удалить кости, лук и чеснок, а бульон, процедив через двойную марлю, поставить снова на огонь, ввести

лавровый листик, посолить.

Замесить тесто, как для лапши, раскатать в тонкий (в 2 мм) пласт, разделить на две половины: из одной нарезать лапшу, из другой – квадратики для пельменей размером 4 × 4 см.

Мясо пропустить через мясорубку, добавить нашинкованный лук, ввести белок яйца и соль, хорошенько перемешать. Затем фарш разделить на две части: из одной сделать пельмени, из другой скатать фрикадельки величиной с черешню.

В кипящий бульон опустить сначала пельмени, затем фрикадельки, а через несколько минут лапшу.

Перед подачей на стол готовый суп разлить в кассы (глубокие миски), посыпать рубленой зеленью и черным молотым перцем. Отдельно подать кислое молоко.

Солянка по-узбекски

Состав: *курица (тушка без ножек и грудки) – 1 шт., кости бараньи – 500 г, лук – 1 шт., морковь – 1 шт., лопатка баранья мякоть – 500–600 г, масло для жарки – 100 г, или жир бараний – 100 г, лук – 3 шт., помидоры – 2 шт., капуста белокочанная – 300–400 г, фасоль вареная красная – 150–200 г, огурцы малосольные – 2 шт., рассол – 1 стакан, колбаса конская по желанию – 150 г, сало баранье копченое – 50–100 г, томат-паста – 2 ст. ложки, алыча сушеная – 50 г, барбарис – 1 ст. ложка, перец зеленый острый – 2 стручка, райхон, кинза, джамбул – по вкусу.*

Поставить большую кастрюлю с водой на огонь и положить курицу. На небольшом огне довести до кипения, слегка посолить и, убавив огонь, снять пену. В уже кипящий бульон положить красную луковицу, не снимая с неё шелухи, можно добавить 3–4 бутончика гвоздики. Сразу же положить очищенную морковь, немного позже пучок зелени из укропа, петрушки и сельдерея с листами лука-порея, добавить 15 горошин черного перца. Все это время бульон должен кипеть едва заметно. Когда бульон будет готов, удалить из него всё и процедить.

Хорошо обжарить баранину крупными кусками и поставить довариться до готовности в том же бульоне.

В большой, глубокой сковороде или казане – обжарить нарезанный полукольцами лук, добавить томатную пасту, мелко нарезанную капусту, при необходимости подливая бульон из кастрюли. Нарезать кубиками малосольные огурцы и добавить их в сковороду.

Вынуть из бульона мясо, нарезать мелкими кубиками. Если есть готовая казы (конская колбаса), то нарезать и её. Добавить мясо и казы в сковородку, где всё тушится, подлить ещё бульона, положить травы, алычу, барбарис, зелёный перец, помидоры

крупными кусками и отваренную заранее красную фасоль. Ближе к концу готовки добавить копчёное сало мелкими кубиками и дать прокипеть на самом слабом огне.

Суп с клецками по-узбекски

Состав: *вода – 1,5 л, мякоть баранья – 300 г, помидоры – 3 шт., луковицы – 2 шт., картофель – 2 шт., морковь – 1 шт., перец сладкий – 1 шт., яйца – 1 шт., лавровый лист – 1 шт., базилик – 1 пучок, мука – 1 стакан, масло топлёное – 2 ст. ложки, соль, перец – по вкусу.*

Из муки, 1/2 стакана воды, соли и яйца замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт и вырезать клецки в форме треугольников. Лук и морковь очистить, нашинковать, поместить в кастрюлю с разогретым топленым маслом вместе с кусочками мяса и обжарить. Затем добавить дольки помидора, соль, лавровый лист и продолжать жарить еще 10 минут, периодически помешивая массу. Через 5 минут положить в суп очищенные и нарезанные картофель и сладкий перец, влить воду. Суп довести до кипения, всыпать в кастрюлю клецки и варить 20 минут. Готовое блюдо поперчить, посыпать измельченным базиликом и подать к столу.

Пиева (луковый суп)

Состав: *лук репчатый – 250 г, баранина – 75 г, сало курдючное – 35 г, помидоры – 30 г, лавровый лист, перец красный, соль – по вкусу.*

В раскаленное курдючное сало кладут мелко нарезанный лук, нарезанные кубиками мясо (по 1 см), помидоры, солят и жарят 20 минут, затем заливают холодной водой и варят 25–30 минут на медленном огне. За 5 минут до готовности кладут красный перец, лавровый лист. Готовую пиеву снимают с огня и дают настояться 10 минут.

Ерма (суп с дробленой пшеницей)

Состав: *баранина – 125 г, масло топлёное – 25 г, или сало курдючное – 25 г, пшеница – 75 г, лук репчатый – 55 г, перец красный, соль – по вкусу.*

Нагревают в кастрюле топленое масло или курдючное сало, пережаривают в нем мелко нарезанное мясо, лук, заливают водой, кладут стручок красного перца. Когда закипит вода, засыпают дробленую пшеницу и варят час. Ерму едят, запивая кислым молоком.

Суп лапша на костном бульоне

Состав на тесто: *мука – 300 г, яйцо – 1 шт., соль – 0,5 ч. ложки, теплая вода – 0,5 стакана;* ***на бульон:*** *мясных костей – 500 гр., лук – 2 шт., редька – (100 г) или крупная репа, помидоры – 2–3 шт. или 1 ст. ложка томатной пасты, лавровый листик, соль, перец и зелень по вкусу. Кислое молоко подается из расчета 1 ст. ложка на каждую порцию.*

Налить в кастрюлю холодную воду, положить порубленные, промытые кости и варить в течение 1,5–2 часов на медленном огне, время, от времени снимая пену. Затем вынуть кости, отделить мясо, мелко покрошить и положить в бульон. Одновременно положить нашинкованный лук, редьку, репу, нарезанные соломкой, помидоры или томатную пасту. Продолжать варку на медленном огне до размягчения овощей, посолить, ввести лавровый листик, затем опустить в бульон подготовленную лапшу, предварительно стряхнув муку, чтобы суп не стал мутным.

Готовый суп разлить в кассы (глубокие миски), посыпать зеленью, отдельно подать кислое молоко, молотый перец.

Суп лапша с недозрелым урюком

Состав на тесто: *мука – 300 г, яйцо – 2 шт., соль – 0,5 ч. ложки;* ***на бульон:*** *мясных костей – 0,5 кг, плоды недозрелого урюка – 40–50 шт., соль – по вкусу.*

Бараньи или говяжьи кости порубить, промыть, положить в кастрюлю с холодной водой и варить в течение 2 часов. После чего вынуть кости, бульон процедить через марлю и снова поставить на огонь. Собрать плоды урюка (абрикоса) весной в период молочно-восковой спелости ядрышка, прополоскать в проточной воде и положить в бульон, когда закипит, исправить на соль и опустить лапшу, приготовленную на яйцах и нарезанную тонкими полосками, варить до полной готовности.

При подаче на стол разлить в касы, при этом следить за тем, чтобы в каждую порцию попало 8–10 плодов недозрелого урюка.

Молочные супы

В Узбекистане широко распространены супы, заправляемые пресным или кислым молоком. Известен холодный суп – чалоп – из овощей и кислого молока.

Некоторые супы, например, катыкли гуджа оши (суп из белой джугары с кислым молоком), ширкавак (молочный суп с тыквой) и ширхурда (молочный рисовый суп), даже в холодном виде не теряют своего вкуса и потому с удовольствием употребляются в летнее время.

К узбекским супам отнесены также огиз (створоженное молозиво) и куртоба (кушанье из курта, растертого с водой до кашицеобразного состояния). Возможно, эти блюда созданы населением, занимавшимся скотоводством.

Огиз готовят из молока только что отелившейся коровы. Известно, что молоко такой коровы не употребляют в пищу в течение недели. Поэтому накопившееся за неделю молоко варят вместе со специями, и это кушанье называют огизом.

В состав куртобы входят сузьма, курт, сливочное масло и другие продукты животноводства. Это кушанье готовят большей частью зимой.

Чалоп

Состав: *молоко кислое – 1 л, вода кипяченая охлажден. – 2 л, огурцы – 2 шт., редис – 1 пучок, лук зелёный – 3 пера, укроп – 0,5 пучка, зелень петрушки – 0,5 пучка, соль – по вкусу, перец красный молотый – по вкусу.*

Кислое молоко (кефир) разбавить водой, приправить солью и перцем. Огурцы, редиску, зеленый лук, укроп и петрушку мелко нарезать и смешать с молоком. Перед подачей на стол поставить в холодильник или прибавить в суп кусочки льда. Можно заправить сметаной или майонезом.

В самые жаркие дни этот суп способствует возбуждению аппетита и утоляет жажду.

Узбекский суп из тыквы – ширкавак

Состав на 2 порции: *тыква – 400 г, рис – 0,75 стакана, вода – 2 стакана, молоко – 5 стаканов, соль или сахар – по вкусу.*

Тыкву очистить, нарезать крупными кубиками, сложить в миску и залить холодной водой. Отдельно в кастрюлю налить воду, дать закипеть, посолить, всыпать перебранный рис и сварить его до полуготовности. Затем влить в почти готовый рис молоко, вскипятить и добавить кусочки подготовленной тыквы,

слив с них воду, в которой они вымачивались. Варить, постоянно помешивая, около получаса на слабом огне. Затем убрать огонь, дать супу настояться под крышкой в теплом месте 5–10 минут. Подать на стол, разлив в пиалы, горячим или холодным, по вкусу.

Ширкавак со специями

Состав: *молоко – 2,5 л, вода – 2 стакана, тыква – 400 г, рис – 1 стакан, мята – 2 г, кориандр – по вкусу, зелень кинзы – по вкусу, масло топлёное – 0,5 стакана, соль – по вкусу.*

Тыкву очистить от кожуры и семян, нарезать кубиками, поместить в кипящую воду, добавить промытый рис, кориандр, мяту, соль и варить 20 минут, после чего влить молоко и продолжать варить еще 15 минут. Затем кастрюлю снять с огня и настаивать суп в течение 15 минут. Готовое блюдо заправить топленым маслом, украсить рубленой зеленью кинзы и подать к столу.

Ширкавак с рисом

Состав: *нарезанная тыква – 400 г, вода – 2 стакана, рис – 3/4 стакана, молоко – 5 стаканов, соль по вкусу.*

Очищенную тыкву нарезать крупными кубиками, положить в миску и залить водой. В кастрюлю налить воду, посолить, когда закипит, всыпать перебранный рис, варить его до полуготовности.

Затем влить молоко, дать закипеть и положить подготовленную тыкву. Варить еще 25–30 минут, снять с огня и дать отстояться под крышкой 5–10 минут.

Подать на стол в пиалах.

Какарум

Состав: *молоко кислое – 250 г, вода (кипяток) – 250 г, лук репчатый – 55 г, перец красный молотый, соль – по вкусу.*

Кислое молоко перемешивают с мелко нашинкованным луком, заправляют солью и красным перцем, оставляют на полчаса «созревать». Затем маленькими порциями вливают кипяток, постепенно размешивая.

Какарум разливают в пиалы, крошат лепешки и подают к столу.

Суп с лапшой, кислым молоком и горохом

Состав: *молоко кислое – 1 л, яйца – 2 шт., зелень кинзы – 1 пучок, мука – 1 стакан, горох сушеный – 1 стакан, вода – 1 стакан, соль, перец – по вкусу.*

Из муки, яиц, 1/2 стакана воды и соли замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт и нарезать лапшой. Горох

вымачивать в воде в течение 12 часов, после чего поместить в кастрюлю с кипящей водой и варить 50 минут. За 20 минут до готовности в бульон всыпать лапшу, соль, перец, а затем снять кастрюлю с огня. Готовое блюдо смешать с кислым молоком, посыпать измельченной зеленью кинзы и подать к столу.

Ширхурда

Состав: *рис – 1,5 стакана, молоко – 2,5–3 л, соль – 1/2 ч. ложки, топленое масло – 30 г.*

Перебранный рис промыть 3–4 раза в холодной воде, положить в кастрюлю, залить водой и кипятить, добавив немного соли. Сварить рис до полуготовности, затем вылить из кастрюли всю воду, налить молока и варить в течение 8–10 минут на слабом огне.

Молочный суп разлить в касы, заправить топленым маслом (по 1 ч. ложке в каждую касу) и подать к столу.

Сихмон

Состав: *маш – 1,5 стакана, кукурузная мука – 1 стакан, катык – 1 л, топленое масло – 50 г, красный молотый перец – 0,5 ч. ложки.*

Маш варить на слабом огне в 1,25–1,5 л воды до тех пор, пока зерна не лопнут и не разварятся, а затем всыпать умач (лапшу). Готовый суп посолить, заправить перцем и дать постоять 10–15 минут под крышкой, после чего смешать с катыком и топленым маслом.

Приготовление лапши: в кукурузную муку влить четверть стакана подсоленной воды, замесить крутое тесто и пропустить его через мясорубку.

Сутли гуджа

Состав: *джугара – 200 г, тыква – 300 г, молоко – 3 л, соль – по вкусу.*

Джугару растолочь, очистить, промыть и положить в котел. Налить воды и варить на слабом огне 30–35 минут. После этого половником слить всю воду из котла, а джугару залить молоком. Одновременно положить соль, тыкву, нарезанную кубиками, и варить еще 20–25 минут на слабом огне.

Бугдой гуджа

Состав: *пшеница – 400 г, молоко – 2,5 л, соль – по вкусу.*

Это блюдо готовится точно так же, как молочный суп с джугарой, только без тыквы и вместо джугары употребляется толченая пшеница или пшеничная крупа.

Катыкли шолгом хурда

Состав: *репа – 1 кг, красная морковь – 2 шт., лук – 2 шт., 1 стакан риса, зелень – 1/2 пучка, кислое молоко – 1 миска, соль, красный перец – по вкусу.*

Очищенную и вымытую репу и морковь нарезать на кубики, нашинковать лук, положить в котел или кастрюлю, залить водой и варить. Затем положить промытый рис, соль и специи, варить еще 15–20 минут.

Готовый суп снять с огня, дать отстояться, заправить кислым молоком, разлить в касы. При подаче на стол посыпать мелко нарезанной зеленью.

Катыкли машхурда

Состав: *мясо – 500 г, рис – 1,5 стакана, маш – 1 стакан, лук – 2 шт., морковь – 2 шт., кинза и зеленый лук – 1/2 пучка, кислое молоко – 1 каса или сузьма – 500 г, соль и черный молотый перец – по вкусу.*

В кастрюлю налить воды. Положить мясо или постдумбу, нарезанные небольшими ломтиками, лук, нарезанный кольцами, и морковь, нарезанную мелкими кубиками; дать закипеть. Затем добавить перебранный и промытый маш и варить на слабом огне до готовности. После этого положить перебранный и вымытый рис и варить еще 20–25 минут на слабом огне. Солить суп только после того, как сварится маш.

Готовый суп снять с огня, дать немного постоять под закрытой крышкой. Когда суп отстоится, заправить его кислым молоком или разведенной сузьмой и перемешать.

Разлить в касы, посыпать черным молотым перцем, мелко нашинкованной кинзой или зеленым луком и подать на стол.

Катыкли хурда

Состав: *мясо – 300 г, рис или сечка – 300 г, лук – 2 шт., 1–2 помидоры, морковь – 2 шт., картофель и репа – по 1 шт., кинза или райхан – 1 пучок, зира – 1 ч. ложка, кислое молоко – 2 пиалы, красный молотый перец, соль – по вкусу.*

Мелко нарезать лук, помидоры, мясо. Очистить и нарезать мелкими кубиками морковь, репу, картофель. Перебрать и промыть рис или сечку. Все продукты положить в кастрюлю, посолить, заправить специями, хорошо перемешать, накрыть крышкой и дать отстояться 5–10 минут. После этого залить водой и варить на слабом огне 30–35 минут. По готовности снять кастрюлю с огня, дать отстояться примерно 10 минут. Когда суп немного остынет, заправить разведенным кислым молоком и

зеленью, перемешать, разлить в касы.

Сутли машхурда

Состав: *маш – 200 г, рис – 150 г, молоко – 2,5 л, сливочное масло – 50 г, соль – по вкусу.*

Перебрать и промыть отдельно маш и рис. В кастрюлю положить сначала маш и варить, пока не разварится, затем всыпать рис, добавить пресного молока и варить еще 18–20 минут при слабом кипении. После этого посолить, перемешать, снять с огня, дать отстояться 5 минут под крышкой. Готовый суп разлить в касы и подать к столу. Отдельно подать сливочное масло.

Сутли угра оши

Состав на тесто: *мука – 300 г, яйцо – 2 шт., щепотка соли (соль растворить в одной ложке воды);* ***на суп:*** *молоко – 2,5 л, топленое масло – 50 г, соль – по вкусу.*

Приготовить тесто и нарезать лапшу. В кастрюлю налить молоко, добавить соль, довести до кипения; опустить в кипящее молоко лапшу. Когда лапша всплывет, снять кастрюлю с огня, дать постоять, не снимая крышки, 5–6 минут. Затем разлить в касы. При подаче на стол можно положить в каждую касу по 1 ч. ложке топленого или сливочного масла.

Сутли атала

Состав: *мука – 300 г, молоко – 2 л, топленое масло – 100 г, сливочное масло – 50 г, ванильный сахар – 1 ч. ложка.*

Пшеничную муку развести в воде до густоты сметаны. Разогреть в кастрюле топленое масло, вылить подготовленную массу, добавить молоко, помешивая, довести до кипения. Готовый суп разлить в касы, в каждую касу добавить по 1 ч. ложке сливочного масла и по щепотке ванилина.

Минчок атала

Состав: *мука – 200 г, молоко – 2,5 л, отварной рис – 1 стакан, соль – по вкусу.*

Пшеничную муку развести в молоке и, постоянно помешивая, чтобы не образовались комочки, варить на слабом огне. Во время кипения в котел положить часть вчерашнего плова и продолжать варку, постоянно помешивая.

Шопирма

Состав: *мука – 500 г, топленое масло или курдючное сало – 200 г, лук – 2–3 головки, кислое молоко – 1 миска, кинза – 1/2 пучка, соль – по вкусу.*

Это кушанье готовится как атала.

Готовый суп снять с огня, охладить, помешивая половником несколько минут. Затем, продолжая помешивать, добавить кислое молоко. При подаче на стол разлить в касы и посыпать кинзой.

Каймок шурпа

Состав: *сметана – 400 г, лук – 2 шт., кукурузные початки – 6 шт., тыква – 300 г, соль – по вкусу.*

В горячую металлическую посуду налить сметаны, перемешать ее шумовкой, добавить мелко нашинкованный лук. Варить до тех пор, пока лук не станет мягким. Затем налить воды и дать закипеть. После этого положить початки кукурузы молочной спелости, разделенные пополам, и нарезанную кубиками тыкву; варить еще 30–35 минут на слабом огне. Перед подачей суп заправить солью.

К супу подать патыр (узбекская лепешка).

Вторые блюда

В узбекской кухне предпочтение отдается кушаньям из баранины. Говядина, конина и курятина используются значительно реже. Главная особенность в приготовлении мясных яств заключается в том, что мясо как к первым, так и ко вторым проваривается или обжаривается вместе с костью. Азиатская кулинария не отличается широким ассортиментом гарниров: мясо подается в основном с овощами, луком и зеленью.

Узбекские вторые блюда – это сытные и ароматные мясные блюда, густые полусупы с обилием свежих овощей и трав. Особенности узбекской кухни, как и многих других национальных кухонь, обусловлены спецификой местного сельского хозяйства.

Для этого народа показательно повышенное употребление в пищу местных зерновых (пшеница, джугара, рис) и бобовых (горох нут, маш), некоторых овощей (репа, тыква, редька, морковь), разнообразных фруктов и орехов (абрикосы, виноград, черешня, слива, дыни, фисташки, грецкие орехи). В то же время почти не встречаются рыбные блюда, ограничено употребление яиц.

Общим является использование в самые различные блюда кислого молока (катыка) и изделий из него (сузьмы, курта), одинаковый подход к использованию жиров (комбинации растительных и животных), повышенное употребление пряностей, особенно лука, красного перца, ажгона (зиры), базилика, куркумы, укропа, кинзы, мяты (реже используется чеснок). Из приправ популярны барбарис и бужгун.

Также в Узбекистане широко распространено овцеводство, поэтому наиболее популярным видом мяса является баранина, входящая в состав большинства основных блюд узбекской кухни.

Узбекские блюда, как правило, очень сытные и калорийные. Большое значение при их приготовлении имеют травы и пряности – кориандр (кинза), зира (зра, кумин), барбарис, кунжут, райхон (базилик) и др. Специи повышают аппетит, поэтому эти блюда хочется съесть сразу, как только учуешь их аромат.

Димлама

Состав: *говядина (или баранина) – 1 кг, курдюк – 100–150 г (если курдюка нет, можно использовать бараний жир, или просто налить на дно казана подсолнечное масло), лук – 1 кг, помидоры – 1 кг, морковь – 0,5 кг, картофель – 0,5 кг, кинза, укроп, болгарский перец – 3–4 шт., капуста – 1 средний вилок, баклажан – 1 шт., молодой чеснок – 2 головки, острый перчик.*

Режем курдюк тонкими пластинками, а мясо на куски средней величины, как на гуляш. На дно холодного казана выкладываем порезанный курдюк. Сверху кладем тонкий слой заранее порезанного кольцами лук. На лук выкладываем мясо, причем, если у вас есть мясо на ребрышках, косточки надо положить вниз, а мякоть сверху.

Этот слой обязательно нужно посолить и поперчить, а также добавить специи. Засыпаем все луком (лук у нас порезан кольцами и его должно быть много). Шинкуем все наши овощи крупными кусками и начинаем их выкладывать в казан слой за слоем – морковь, болгарский перец, помидоры, баклажаны, солим и перчим этот слой.

Капусту надо отделить от кочерыжки порезать большими кусочками и положить их в казан, следующий слой картошка. Сверху покрошим немного кинзы, укропа, петрушки, добавим 2 острых перчика (надо убедиться, что перчик целый, иначе все будет очень острое), тут же укладываем головку чеснока. Опять солим и перчим этот слой, добавляем специи по вкусу, и закрываем все капустными листьями.

Ставим казан на огонь, закрываем казан крышкой и придавливаем сверху грузом для плотности. Первые 15–20 минут огонь устанавливаем на максимум, как только закипит (мы услышим это по характерному шуму в казане), убавляем огонь на минимум и забываем про казан на 1,5–2 часа.

Барра-гушт, или отварная баранина по-узбекски

Состав: *баранина – 500 г, чеснок – 2 зубчика, виноградный уксус – 1 ч. ложка, зеленый лук – 1 пучок, молотый шафран – на кончике ножа, черный молотый перец, соль по вкусу*

Мясо отварить, добавив в воду соль, перец и молотый шафран. Затем нарезать порционными кусками, натереть толченым чесноком. Сбрызнуть уксусом, выложить на блюдо и посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

Яхна-барра, или отварной ягненок по-узбекски

Состав: *тушка ягненка – 1 шт., морковь – 1,5 кг, виноградный уксус – 4 ст. ложки, лавровый лист – 4–6 шт., черный перец – 2,5 ст. ложки, зелень петрушки – 2 пучка, соль по вкусу.*

Тушку ягненка целиком залить холодной водой, добавить виноградный уксус и оставить на 1 час.

Потом разрубить ее на порционные куски, залить кипящей водой и варить 30 минут, после чего добавить нарезанную кружочками морковь, лавровый лист, перец, соль и держать на медленном огне еще 30 минут.

Готовые куски мяса вместе с морковью выложить на блюдо и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Баранина, тушенная с луком-пореем

Состав: *баранина – 300 г, лук-порей – 600 г, топленое масло – 3 ст. ложки, мука – 1 ст. ложка, сливки – 0,5 стакана, красный молотый перец, соль по вкусу.*

Баранину нарезать тонкими ломтиками, посолить, поперчить и обжарить в топленом масле. Затем добавить лук-порей, нарезанный крупными кольцами, 0,5 стакана воды и тушить в течение 20 минут. После этого всыпать муку, влить сливки, хорошо перемешать и довести до кипения.

Баранина, тушенная в томатной пасте

Состав: *баранина – 400 г, томатная паста – 1,5 стакана, репчатый лук – 2 шт., огурец – 1 шт., лимон – 0,5 шт., топленое масло – 2 ст. ложки, зелень укропа – 1 пучок, черный молотый перец – 0,25 ч. ложки, соль по вкусу.*

Мясо нарезать небольшими кусочками, смешать с мелко нарезанным луком и обжарить в топленом масле. Через 10 минут влить в сковороду 0,5 стакана воды, добавить томатную пасту, посолить, поперчить и тушить, накрыв крышкой, до готовности.

Горячую баранину посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и украсить ломтиками лимона и дольками огурца.

Баранина, тушенная с курагой и изюмом

Состав: *баранина – 1 кг, курага – 500 г, изюм – 1 стакан, помидоры – 3 шт., репчатый лук – 4 шт., растительное масло – 3 ст. ложки, корица – 0,5 ч. ложки, молотый душистый перец – 0,5 ч. ложки, соль по вкусу.*

Курагу и изюм залить теплой водой и оставить на 30 минут. Помидоры очистить от кожицы и мелко нарезать, лук измельчить. Мясо нарезать порционными кусками, смешать с помидорами, луком, добавить растительное масло, душистый перец, посолить, влить 1 стакан воды и тушить примерно 1 час.

За 20 минут до готовности добавить курагу, изюм и корицу.

Баранина, тушенная с рисом

Состав: *жирная баранина – 400 г, рис – 1,5 стакана, репчатый лук – 1 шт., топленое масло – 3 ст. ложки, курдючный жир – 3 ст. ложки, мука – 1 ст. ложка, бараний бульон – 0,5 стакана, красный молотый перец, соль по вкусу.*

Баранину нарезать тонкими ломтиками, посолить, поперчить, обвалять в муке и обжарить в жире. Затем добавить мелко

нарезанный лук, бараний бульон и тушить до готовности.

В кастрюле растопить масло, выложить рис, влить 0,5 л воды, добавить соль, поставить в духовку, разогретую до 180 °С, и довести до готовности.

На блюдо горкой выложить рис, на него – мясо, а затем полить соком, оставшимся после тушения.

Баранина с фасолью

Состав: *баранина – 300 г, белая фасоль – 300 г, репчатый лук – 2 шт., топленое масло – 4 ст. ложки, красный молотый перец, соль по вкусу.*

Фасоль промыть, залить 3 стаканами воды и оставить на ночь для набухания.

Мытое мясо нарезать небольшими кусочками, смешать с натертым на терке луком, посолить, поперчить.

Добавить топленое масло и небольшое количество воды, поставить на огонь, довести до кипения и тушить, накрыв крышкой, на медленном огне в течение 5 минут.

Затем влить 2 л воды, добавить фасоль и варить до готовности.

Баранина с горохом

Состав: *мякоть баранины – 300 г, горох – 2 ст. л., репчатый лук – 1 шт., сливочное масло – 1 ст. ложка, соль по вкусу.*

Горох залить водой и оставить на ночь, а затем отварить в подсоленной воде.

Мясо отварить в малом количестве воды. При варке опускать мясо в кипящую воду.

Лук мелко нарезать и обжарить в растопленном сливочном масле.

Отваренный горох выложить на блюдо, затем нарезанное небольшими кусочками мясо, а сверху – обжаренный лук.

Баранина, запеченная с цветной капустой

Состав: *отварная баранина – 200 г, цветная капуста – 1 кочан, репчатый лук – 1 шт., яйца – 2 шт., курдючный жир – 3 ст. ложки, молоко – 3 ст. ложки, мука – 0,5 стакана, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Капусту отварить в подсоленной воде, слегка остудить и разобрать на соцветия.

Затем выложить ее на сковороду с растопленным курдючным жиром, смешать с нарезанным кольцами луком, ломтиками мяса, посолить, поперчить. Сделать жидкое тесто, которое замешивается из взбитых яиц, муки и молока. Этим тестом залить

мясо.

После этого сковороду поставить в духовку, разогретую до 200 ˚С, и запекать в течение 10 минут.

Баранина на пару с картофелем

Состав: *баранина – 1 кг, картофель – 6 клубней, молотый тмин – 1 ч. ложка, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Мясо нарезать крупными кусками, посолить и поперчить. Картофель нарезать четвертинками. В пароварку положить картофель, а сверху – мясо, довести воду до кипения и варить до готовности (примерно 2 часа).

Готовые мясо и картофель выложить на блюдо и посыпать тмином.

Шницель из говяжьей печени с изюмом

Состав: *говяжья печень – 500 г, изюм – 0,5 стакана, репчатый лук – 2 шт., острые перцы – 2 стручка, яйца – 2 шт., растительное масло – 0,5 стакана, молоко – 2 ст. ложки, мука – 2 ст. ложки, соль по вкусу.*

Печень нарезать порционными кусками, посолить, смешать с мелко нарезанными луком и острыми перцами, влить 0,5 стакана воды, добавить растительное масло и тушить на медленном огне в течение 10 минут.

Яйца соединить с молоком и мукой, взбить миксером, добавить изюм и посолить.

Полученной смесью залить печень, накрыть крышкой и тушить примерно 10 минут.

Азу по-узбекски

Состав: *мякоть говядины – 500 г, картофель – 4 клубня, репчатый лук – 2 шт., соленые огурцы – 2 шт., чеснок – 2 зубчика, топленое масло – 3 ст. ложки, томатная паста – 3 ст. ложки, бульон – 1 стакан, зелень петрушки – 1 пучок, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Мясо нарезать небольшими брусочками, обжарить в топленом масле, посолить, поперчить, добавить спассерованную томатную пасту, обжаренный лук, залить бульоном и тушить, накрыв крышкой, в течение 30 минут.

Картофель нарезать брусочками, обжарить до полуготовности на отдельной сковороде, соединить с мясом и припущенными огурцами, нарезанными ломтиками, и тушить на медленном огне до готовности.

Готовое азу перемешать, разложить по тарелкам, посыпать зеленью и рубленым чесноком.

Гуляш из баранины с картофелем

Состав: *баранина – 500 г, картофель – 5 клубней, репчатый лук – 4 шт., острый перец – 1 стручок, бараний жир – 6 ст. ложек, томатная паста – 2 ст. ложки, бараний бульон – 0,5 стакана, молотый тмин – 0,25 ст. ложки, соль по вкусу.*

Баранину нарезать небольшими кусочками, посолить, лук нарубить, картофель натереть на терке, острый перец нашинковать.

Мясо обжаривать в жире 5 минут, затем выложить в сковороду лук, острый перец, тмин и держать на сильном огне еще 10 минут.

После чего добавить картофель, томатную пасту, бульон и тушить в течение 8 минут.

Гуляш из баранины с фасолью

Состав: *баранина – 500 г, отварная фасоль – 500 г, баранье сало – 2 ломтика, репчатый лук – 3 шт., бараний жир – 3 ст. ложки, бараний бульон – 1 стакан, мука – 2 ст. ложки, красный молотый перец, соль по вкусу.*

Мясо нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить и обвалять в муке. Лук нашинковать, обжарить в жире, добавить мясо и нарезанное небольшими кусочками сало и жарить на сильном огне 3 минуты. Затем выложить фасоль, влить бульон, довести до кипения и тушить в течение 5 минут.

Таджин с помидорами

Состав: *баранина – 500 г, помидоры – 3 кг, растительное масло – 0,5 стакана, молотый имбирь – 0,5 ч. ложки, молотый шафран – 0,25 ч. ложки, зелень петрушки – 1 пучок, соль по вкусу.*

Мясо нарезать порционными кусками, посолить, посыпать имбирем и шафраном, полить растительным маслом, влить 0,5 стакана воды и тушить до готовности. Потом мясо из кастрюли вынуть, а в кастрюлю положить очищенные помидоры, нарезанные четвертинками, измельченную зелень. Тушить, постоянно помешивая, до загустения. За 10 минут до готовности положить в кастрюлю мясо.

Таджин с яблоками

Состав: *баранина – 500 г, кислые яблоки – 3 шт., растительное масло – 2 ст. ложки, мука – 2 ч. ложки, молотый шафран – 0,5 ч. ложки, молотый имбирь – 0,5 ч. ложки, соль по вкусу.*

Мясо нарезать порционными кусками, посолить, посыпать

имбирем и шафраном, полить растительным маслом, влить 0,5 стакана воды и тушить до готовности. Затем добавить очищенные половинки яблок, 0,5 стакана воды и держать на огне еще 10 минут.

За 3 минуты до готовности влить разбавленную водой муку.

Таджин с айвой

Состав: *баранина – 500 г, айва – 2 шт., сахар – 2 ст. ложки, топленое масло – 2 ст. ложки, молотый шафран – 0,5 ч. ложки, молотый мускатный орех – на кончике ножа, соль по вкусу.*

Айву разрезать на четвертинки, посыпать сахаром, залить небольшим количеством воды и отварить.

Мясо нарезать небольшими кусочками и обжарить в топленом масле. Через 5 минут посолить, добавить специи, небольшое количество отвара айвы и тушить на медленном огне в течение 30 минут. После чего положить айву, влить еще немного отвара, довести до кипения и сразу же снять с огня.

Кефта

Состав: *мякоть баранины – 500 г, репчатый лук – 2 шт., чеснок – 2 зубчика, яйца – 2 шт., растительное масло – 0,5 стакана, томатный соус – 0,5 стакана, панировочные сухари – 1 стакан, зелень петрушки – 1 пучок, красный молотый перец, соль по вкусу.*

Мясо пропустить через мясорубку, смешать с нарубленным луком, толченым чесноком, измельченной зеленью петрушки, яйцами и панировочными сухарями, посолить и поперчить.

Из полученного фарша сформовать небольшие шарики диаметром около 3 см, слегка их сплющить и обжарить в растительном масле.

Готовые мясные шарики выложить на блюдо и полить томатным соусом.

Долма

Состав: *мякоть баранины – 400 г, виноградные листья – 300 г, курага – 2 ст. ложки, репчатый лук – 2 шт., растительное масло – 1 ст. ложка, зелень петрушки – 0,5 пучка, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Курагу залить горячей водой и оставить на 30 минут.

Мясо и 1 луковицу пропустить через мясорубку, посолить, поперчить и смешать с мелко нарубленной зеленью петрушки.

Виноградные листья обдать кипятком, выложить на них фарш и завернуть конвертиком.

Оставшуюся луковицу нарезать крупными кольцами и

обжарить в растительном масле.

Затем выложить сверху долму, залить небольшим количеством подсоленной воды, добавить курагу и тушить под крышкой до готовности (примерно 50 минут).

Мясо с клецками

Состав: *баранина – 700 г, говяжий бульон – 3 стакана, репчатый лук – 2 шт., растительное масло – 1 ст. ложка, черный молотый перец, соль по вкусу;* ***для клецок****: мука – 1 стакан, соль по вкусу.*

Мясо крупно нарезать, отварить в подсоленной воде, а затем нарезать тонкими ломтиками. Лук нарезать крупными кольцами, обжарить в растительном масле и поперчить.

Из муки, соли и воды замесить крутое тесто, раскатать в тонкий пласт и нарезать из него ромбы.

Говяжий бульон довести до кипения, опустить в него ромбы и отварить до готовности, после чего выложить их на блюдо, а затем мясо и обжаренный лук.

Лахчак

Состав: *говядина – 200 г, репчатый лук – 3 шт., чеснок – 1 зубчик, мука – 1 стакан, томатная паста – 1 ст. ложка, топленый жир – 1 ч. ложка, черный молотый перец, соль по вкусу.*

Из муки и воды замесить крутое тесто, раскатать его в пласт, нарезать небольшими квадратиками и отварить в подсоленной воде. Мясо нарезать небольшими кусочками, обжарить в топленом жире, добавить измельченный лук, толченый чеснок, томатную пасту, посолить, поперчить и хорошо перемешать.

Через 5 минут добавить клецки, еще раз перемешать и снять с огня.

Баранья печень под чесночным соусом

Состав: *баранья печень – 400 г, бараний жир – 2 ст. ложки, черный молотый перец, соль по вкусу;* ***для соуса:*** *чеснок – 3 зубчика, сливочное масло – 3 ст. ложки.*

Для приготовления соуса сливочное масло растопить, добавить толченый чеснок и хорошо перемешать.

Печень нарезать порционными кусочками, посолить, поперчить и обжарить на смазанной жиром решетке.

После чего выложить на блюдо и полить чесночным соусом.

Баранье легкое, тушенное в молоке

Состав: *баранье легкое – 1 шт., мука – 0,5 стакана, молоко – 2 л, топленое масло – 200 г, зелень петрушки – 1 пучок, черный*

молотый перец, соль по вкусу.

Легкое нарезать порционными кусками, посолить, залить молоком, смешанным с мукой и топленым маслом. Довести до кипения и тушить на медленном огне до готовности.

Готовое легкое остудить, поперчить и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Тыква, тушенная с овощами

Состав: *мякоть тыквы – 500 г, сладкие перцы – 2 шт., репчатый лук – 1 шт., горох – 3 ст. ложки, растительное масло – 1 стакан, томатная паста – 1 ст. ложка, аджика – 1 ч. ложка, красный молотый перец, соль по вкусу.*

Горох залить холодной водой и оставить на ночь.

Лук и сладкие перцы нарезать крупными полукольцами и обжарить в растительном масле. Далее добавить томатную пасту, горох, аджику, стакан воды и тушить на медленном огне в течение 20 минут. Затем положить в кастрюлю нарезанную небольшими ломтиками тыкву, посолить, поперчить и тушить до готовности (примерно 30 минут).

Тыква, тушенная с рисом и изюмом

Состав: *мякоть тыквы – 500 г, отварной рис – 0,5 стакана, изюм – 3 ст. ложки, сахар – 1 стакан, сливочное масло – 100 г, молоко – 0,5 стакана.*

Изюм обжарить в 50 г растопленного сливочного масла. Тыкву нарезать небольшими кубиками, залить кипятком и варить в течение 15 минут. Затем добавить рис, сахар, оставшееся сливочное масло, влить молоко и, постоянно помешивая, варить еще 20 минут.

За 5 минут до готовности положить обжаренный изюм.

Пловы узбекской кухни

Слово «плов» (народное название – палов), очевидно, возникло от греческого «полув», что означало «разнообразный состав». Наиболее достоверная версия о его происхождении подтверждается легендой. Случилось это в IV веке до н. э., в период похода Александра Македонского на Восток. Это кулинарное чудо получило название «Плов Александра Македонского».

Однажды, находясь в походе в Средней Азии, великий Александр Мадеконский решил улучшить питание в своей непобедимой армии. Александр был очень мудрым полководцем и понимал, что питание играет далеко не последнюю роль в непобедимости его армии. Он подозвал одного из своих солдат и приказал ему к утру приготовить блюдо, которое насытит солдат и будет прост в приготовлении, приятно на вкус и нетребовательно к ингредиентам. В случае невыполнения приказа Александр пообещал солдату смертную казнь.

Положение было безнадежным – готовить солдат не умел, даже посуды у него не было. Но сдаваться без боя он был не приучен. Недоумевая, почему Александр не поручил такое важное дело повару, солдат снял с себя шлем и пошел искать продукты. У кого-то раздобыл немного мяса, у кого-то овощей, масла, риса. Добытые продукты он, как умел, чистил, резал и кидал в шлем. Довольно скоро шлем был полон. Солдат развел костер, налил в шлем воды, закрыл его щитом, сел рядом подождать пока вскипит вода и… уснул. Проснулся он только утром и с ужасом обнаружил, что огонь давным-давно потух. Прощаясь с жизнью и надеясь на чудо, солдат снял еще теплый шлем с огня и побежал к Александру. Потерявший всякую надежду солдат с поклоном положил результат своих трудов к ногам правителя. Александр зачерпнул ложкой, положил в рот и начал жевать. У солдата замерло сердце. Внезапно лицо Александра осветилось улыбкой. Он с удовольствием съел еще несколько ложек, положил шлем на землю, подошел к остолбеневшему солдату и обнял его. Солдат исполнил приказ Александра. Так был сварен первый плов.

Узбеки любят говорить: не пробовал плова, не родился на свет.

Плов – одно из самых любимых узбекских блюд. Его приготовляют из риса, кое-где из риса с машем (Бухара) в сочетании с мясом, луком и морковью. В плов кладут много жира – растительного или животного (баранье сало). Существует много видов плова в зависимости от мяса (баранье, козье, конина, птица

домашняя и дикая) и способа приготовления. Наиболее широко известен узбекский плов, когда овощи и рис варятся в одном котле. В Бухаре распространен афганский способ приготовления плова – так называемый «кабульский». Особенность этого способа заключается в том, что приправа готовится в одном котле, а рис варится в другом.

Несмотря на большие различия в технологии приготовления того или иного вида плова, существуют три общих последовательных приема, характерных для узбекской кухни.

Первый из них – перекаливание жира. Как правило, для этого используется чугунный котел. Чтобы правильно перекалить хлопковое или другое растительное масло, необходимо сильно разогреть котел, затем влить масло. В процессе перекаливания вначале появляется дым темноватого цвета, который переходит затем – в белый. Растительное масло хорошо перекалится, если его затем некоторое время подержать над умеренным огнем, время от времени помешивая шумовкой. Брошенные в масло луковица или морковь нейтрализуют содержащиеся в масле горькие вещества. Баранье сало нарезают кубиками, растапливают, затем снимают шкварки и прогревают еще 5–7 минут на слабом огне, Это способствует уничтожению специфического запаха.

Следующий прием – приготовление зирвака (приправы) и тушение мяса с луком и морковью. Это важный технологический этап. Продукты должны быть пережарены так, чтобы каждый из них сохранил свойственный ему вид. Надо все время следить, чтобы продукты не прилипали к стенке и дну котла. Для этого необходимо регулировать огонь. В отличие от других блюд соль и воду в плов кладут в два приема. Зирвак должен кипеть на слабом огне. Специи добавляют в него после тушения продуктов.

После того как зирвак будет готов, закладывают рис. Необходимо следить за тем, чтобы зирвак не смешивался с рисом. Рис должен находиться на поверхности зирвака, образуя толстый слой, иначе он может прилипнуть ко дну котла. Большое значение при закладке риса имеет количество воды, над поверхностью риса ее должно быть на одну фалангу пальца. После закладки риса плов необходимо подсолить и довести до готовности.

Рецептов плова тысячи, они передаются из поколения в поколение, хранятся, изменяются. С сухофруктами и орехами, с бараниной или курицей, приправленный ароматными специями.

Приготовление плова – дело довольно хлопотное. Обычно его готовят мужчины.

Плов Александра Македонского

Состав: *рис – 1 кг, говядина – 1 кг, морковь – 1 кг, лук – 300 г, соль – 2 ч. ложки, тмин – 0,5 ч. ложки, кориандр – 1 ч. ложка, барбарис – 1 ст. ложка, перец черный или красный – по желанию.*

Рис перебрать, посолить и замочить в горячей воде. Налить в казанок или гусятницу 1–1,5 л воды, положить мясо, нарезанное небольшими кусками, и лук, нарезанный кольцами. Когда вода закипит, положить морковь, которую можно нашинковать соломкой или порезать кубиками. Дать закипеть, не перемешивая содержимое, заправить солью и специями, а затем томить на слабом огне от 40 минут до двух часов. Если вода выкипит, долить.

Готовый плов выкладывают слоями, начиная с риса, на большое блюдо. Салатами к плову могут служить сливы, вишня, гранаты, помидоры с луком.

Бухарский плов

Состав: *нежирная мясная мякоть (баранина или говядина) – около полкилограмма, рис длиннозерный – примерно 500–600 г (2 полных стакана), растительное масло – 200 мл, лук репчатый – 2 шт., свежая зелень в пучках (петрушка, укроп, зеленый лук и обязательно кинза), соль – 1 ст. ложка, перец черный (молотый) – 1 ч. ложка.*

Чаще всего бухарский плов готовят из предварительно замоченного риса. Именно поэтому с начала нужно хорошенько его промыть под струей проточной воды и потом залить ею на 2–3 часа.

Мясо нарезается не средними кусочками, как для других видов плова, а мелкими. Все жилки и пленки нужно тщательно удалить. Репчатый лук также нужно произвольно измельчить. При желании часть мяса можно заменить свежей говяжьей или бараньей печенью.

Далее в казане разогреем масло до появления легкого дымка и заложим жариться мясо. Крышкой закрывать не нужно, так как мелкие кусочки довольно быстро подрумянятся, главное не забывать все это постоянно перемешивать. Примерно через 10 минут в казан нужно засыпать нарезанный лук. Теперь можно добавить половину перца и соли и, помешивая, жарить мясо с луком еще примерно 10 минут. Мясо, которое используется в рецепте бухарского плова, достаточно жестокое, поэтому простой обжаркой не обойтись. Еще через 5–7 минут после закладки лука нужно налить чуть-чуть (примерно половину стакана) кипяченой воды, и потушить зирвак (основу плова, которая уже готовится) на средней мощности конфорки примерно 10 минут или до

испарения воды.

По прошествии этого времени в казан выкладывается вся приготовленная и мелко порубленная свежая зелень. И не забудь про кинзу, так как в этом рецепте она играет практически главную роль. Теперь все тщательно перемешаем и ровным слоем поверх зирвака выложим рис. Для его приготовления налей в казан воды таким образом, чтобы ее свободный слой составлял примерно один сантиметр. Чтобы от струи воды в рисы не образовывались ямки, наливай ее через шумовку, так струйки будут более тонкими.

Теперь казан нужно закрыть крышкой и оставить плов «доходить» на малой мощности конфорки. Периодически проверяя – не испарилась ли вода. Как только ее не останется, добавь оставшиеся перец и соль, все тщательно перемешай, и, снова закрыв казан крышкой, укутай его одеялом или чем-нибудь теплым и оставь на полчаса «отдохнуть».

Бухарский плов готов! Подавай его со свежими овощами или соусом из томатов и лука.

Бухарский плов с бараниной

Состав: *баранина – 1 кг, морковь – 900 г, рис – 1 кг, по 150 г изюма и репчатого лука, хлопковое (растительное) масло – 300 мл, соль и специи.*

В качестве приправ, используемых для приготовления бухарского плова, идеально подходит шафран, молотый перец и куркума. Рис желательно взять длиннозернистый мягких сортов, которые дают сладковатый вкус.

Рис заливают холодной водой и оставляют на пару часов. Затем его хорошенько промывают, несколько раз меняя жидкость, и отваривают до полуготовности. Потом его откидывают на дуршлаг и ждут, пока стечет лишняя влага.

В отдельную кастрюлю помещают порезанную баранину и отправляют ее на плиту. Незадолго до окончания варки можно немного подсолить бульон. Затем куски баранины перекладывают в холодный толстостенный казан и покрывают его слоем измельченного лука. Сверху помещают порезанную морковь и заливают все это мясным бульоном. После того как жидкость закипит, огонь убавляют до минимального и тушат будущий бухарский плов в течение четверти часа. Через пятнадцать минут в казан высыпают рис, специи и вливают разогретое масло. Все это протыкают в нескольких местах деревянной лучиной, накрывают крышкой и оставляют на плите. Через пять минут выключают конфорку и оставляют плов упревать.

Перед подачей к столу готовое блюдо можно перемешать. Но

чаще всего его выкладывают на тарелку слоями – снизу рис, а сверху – морковь и кусочки мяса.

Бухарский плов с курицей

Состав: *морковь – 4 шт., лук репчатый – 4 шт., мясо куриное – 600 г, рис – 300 г, чеснок – 1 головка, барбарис сушеный – 20 г, зира – щепотка, соль – по вкусу, вода – 300 мл, растительное масло – 100 мл.*

Обычно для плова используют либо баранину, тогда это узбекский плов, либо курицу и это бухарский плов. Ни в коем случае не кладите в плов свинину. Самый доступный вариант-это плов с куриным мясом. Я использовала бескостное филе бедра. Мясо разделаем на порционные куски, не слишком мелко. Посолим, приправим паприкой и красным перцем.

Лук нашинкуем мелко. А вот морковь мельчить не стоит, ее разделаем на длинные полосочки. Вообще лука и моркови можно не жалеть. В настоящем плове пропорция мясо/лук/морковь один к одному.

В казан наливаем растительное масло. Ждем пока оно начнет закипать. Дальше в кипящее масло бросим пару зубчиков чеснока. Подождем пока он не станет золотистым и вынем его из масла. Это нужно для того, что бы готовое блюда не имело привкуса и аромата масла. Забросим лук и масо. Немного обжарим.

На рынке купите зиру, барбарис, тмин или готовую смесь трав для плова. Пахнет совсем не так, как магазинное в пакетике.

В обжаренное мясо с луком добавим пряности и морковь. Через пру минут нальем кипяченной воды так что бы она покрывала мясо. Прикроем крышкой и оставим минут на 5–7. Не забудьте уменьшить огонь под казаном. Через 5 минут попробуйте получившийся бульон на соль. Досолите так, что бы было чуть пересолено.

Дальше засыпаем предварительно промытый рис. Рис для плова лучше брать длинно зернистый, но можно и круглый. Главное, не в коем случае не берите пропаренный рис, он для плова не годится и вероятнее всего разварится в кашу. Смотрим что бы на бульон покрывал рис примерно на пол пальца, если нет, добавим чуть воды. Не солить. Сверху положим зелень и чеснок. Можно очищенный, а можно головку целиком.

Закрываем казан крышкой, убавляем огонь до минимума и оставляем плов томиться на 40 минут. В течение этого времени крышку не открываем. Через 40 минут включаем плиту и даем плову еще 20 минут постоять. Теперь можно открыть крышку и перемешать плов.

Не забудьте про свежую зелень и овощи при подаче.

Бухарский плов с изюмом и сухофруктами

Состав: *сухофрукты (курага, чернослив, изюм) – по щедрой горсти, рис длиннозерный – 500–600 г, репчатый лук – 1 шт., морковь – 1 шт., чеснок – 1 головка, хорошие качественные специи для плова (можно набор из куркумы, барбариса, зиры и смеси перцев) – 2 ст. ложки, сушеный укроп – 1 ст. ложка (обязательный ингредиент!), соль – 1 ч. ложка, масло растительное – 100 мл (полстакана или чуть меньше).*

Все сухофрукты нужно хорошенько промыть и измельчить. Изюм оставляем целиком. Овощи также моем, чистим и нарезаем морковь брусочками, а лук мелкими кубиками. Чеснок просто очищаем до долек.

В казане (хотя для такого плова можно взять и кастрюлю, и сковороду) разогреем масло и сделаем обжарку из лучка и моркови. Важно не передержать и не допустить пригорания овощей. Затем добавляем все специи и сухофрукты, помешивая, ждем 5 минут и засыпаем рис. Кстати, его тоже можно предварительно замочить – так бухарский плов с изюмом и сухофруктами приготовится гораздо быстрее. Зальем плов водой через шумовку (свободный слой примерно в палец толщиной) и осторожно вставим в рис дольки чеснока. Все, посуду можно закрыть крышкой и оставить на медленной мощности конфорки до испарения влаги.

Перемешай плов с сухофруктами и оставь его потомиться под одеялом. Примерно через полчаса его можно подавать к столу.

Бухарский плов без мяса

Состав: *рис – 2 стакана, специи для плова (зира, куркума, барбарис и смесь перцев) – 2/3 ч. ложки, крупная морковь – 1 шт., сушеный укроп – 1 ст. ложка, лук – 1 шт., изюм – 3 ст. ложки, чеснок – 1 шт., курага – 7 шт., соль и любое постное масло.*

Овощи очищают от кожуры, моют и измельчают. Лук нарезают четверть кольцами, морковку – полосками. Чеснок оставляют так, как есть. Единственное, что с него удаляют, это верхнюю тонкую шелуху.

В толстодонный казан, в котором уже имеется немного разогретого постного масла, помещают лук с морковью и обжаривают их. Как только овощи слегка подрумянятся, к ним отправляют сушеную зелень и специи. Сверху выкладывают изюм, порезанную курагу, чернослив и предварительно промытый рис. В середину втыкают целую головку чеснока и заливают все это фильтрованной водой.

Будущий плов подсаливают и отправляют на плиту. Варят его

до полной готовности риса. Как правило, на это уходит от тридцати до пятидесяти минут. Готовый бухарский плов, снимают с конфорки, закутывают в толстое полотенце и оставляют на полчаса. По истечении данного времени его раскладывают по тарелкам и подают к обеду.

По желанию в вегетарианский плов бухарских евреев можно добавить несколько черносливин, благодаря присутствию данного продукта приготовленное вами блюдо приобретет особенный вкус и аромат.

Плов с горохом

Состав: *мясо – 500–800 г, льняное масло – 600–700 мл, бараний курдюк (говяжий жир) – 200 г, лук – 2 шт, морковь – 1 кг, чеснок – 2 головки, рис – 1,5 кг, зира – 1 ч. ложка, бараний горох (нут) – 100–200 г, соль – 4 ст. ложки, желтый изюм – 100 г.*

За несколько часов до начала процесса нужно замочить горох в холодной воде и оставить его при комнатной температуре. Эта небольшая хитрость позволяет добиться существенного сокращения времени варки данного продукта.

Рис соединяют с двумя столовыми ложками соли, заливают горячей водой и оставляют на полчаса. Пока крупа замачивается, можно заняться остальными компонентами, необходимыми для приготовления плова.

Помытое мясо нарезают крупными кусками, чтобы они сохранили сочность в процессе термической обработки. Затем его обжаривают вместе с курдюком до появления легкого золотистого оттенка. Как только баранина немножко подрумянится, к ней выкладывают измельченный лук. Все хорошо перемешивают, накрывают крышкой и томят на минимальном огне. Буквально через пять минут туда же отправляют тонко нашинкованную морковь и продолжают готовить. Спустя примерно полчаса к мясу с овощами добавляют чеснок, запаренный изюм, зиру и хорошо промытый горох, предварительно выдержанный в холодной воде. Все это томят под крышкой около десяти минут.

Затем в тот же казан отправляют промытый рис, еще немножко зиры и пару столовых ложек соли. Будущий плов заливают кипятком и варят на медленном огне до полной готовности всех ингредиентов.

Плов с черносливом

Состав: *рис – 500 г, говядина – 250 г, морковь – 150 г, масло (жир) – 200 г, чернослив или урюк – 1,5 стакана, пряности – 1,5 ч. ложки.*

Готовим зирвак. Внимание, это важно для конечного

результата! Закладывать в масло продукты нужно в строгом порядке: мясо, лук, морковь. При этом вес моркови примерно равен весу мяса и вдвое меньше веса риса. Последовательно пережаривают все компоненты, в начале варки на большом огне, постепенно уменьшая его. В тех рецептах, где есть дополнительные компоненты (плов с черносливом и курагой, с айвой), их кладут на зирвак, не смешивая с ним. В конце процесса добавляем пряности, как правило, красный перец, барбарис, ажгон (примерно 1 ч. ложку) и соль.

И, наконец, самое ответственное – закладка риса. Огонь следует еще уменьшить, рис засыпать ровным слоем, утрамбовать ложкой, не смешивая с зирваком. Осторожно влить воду, не разрушая слой риса; уровень воды – выше поверхности риса на 1,5 см. Огонь теперь усилить и варить сначала без крышки, а когда вода выкипит, плотно накрыть.

Чернослив тщательно промыть и закладывать в зирвак после обжарки всех остальных продуктов и добавления к ним воды. После этого нужно засыпать рис и доварить плов как обычно. Этот рецепт плова с черносливом истинно узбекский, но приготовить такое блюдо могут все желающие.

Плов с айвой

Состав: *айва – 2–3 шт., чеснок – 1 головка, морковь – 1 шт., горох нут (замоченный на ночь) – около 100 г, лук – 2 шт., сахар – щепотка, растительное масло – 80 мл, рис (можно взять рис «басмати») – чуть больше 1 стакана, чили перец – несколько кусочков, орехи кешью – около 50 г, изюм (мытый, светлый) – около 50 г, зеленые очищенные фисташки – 2 ст. ложки, зира, сушеный барбарис, куркума, соль, свежемолотый перец.*

Плов с айвой готовится, как и обычный мясной, в глубоком казане или толстостенной сковородке. Разогрейте необходимое количество растительного масла. Дождитесь того момента, когда из казана пойдет легкий сизый дымок. После этого можно закидывать лук, который предварительно рубится на кольца или полукольца. Пассеруйте его в масле несколько минут. Морковь нарежьте на тонкие брусочки. Лучше всего это делать с помощью ножа, но сгодится и специальная шинковка. Добавьте морковь к луку. Обжарьте в течение 5–7 минут, а затем отправьте в казанок предварительно замоченный нут. Теперь очередь сахара, чили перца, изюма, фисташек, зиры, куркумы и барбариса. Немного посолите, положите перец. Нарежьте айву, удалите сердцевину. Кусочки фрукта добавьте в казан. Перемешайте, обжарьте. Пока фрукты и овощи томятся и насыщаются ароматами приправ, промойте рис. Через 15 минут всыпьте его к остальным

ингредиентам. Залейте овощным бульоном или простой водой. Уровень жидкости должен быть выше уровня риса на два с половиной пальца. Заложите головку чеснока целиком. Дождитесь того момента, когда закипит плов с айвой. Рецепт предусматривает установку минимального уровня огня и готовку с закрытой крышкой. 40 минут казан не трогаем. После осторожно перемешиваем все продукты. Пробуем на соль. Выкладываем на большое блюдо горкой. Сверху выставляем головку чеснока и присыпаем зеленью. Все готово.

Самаркандский плов

Состав: *рис – 1 кг, мясо – 1 кг, морковь – 1 кг, лук – 5 шт., курдючный жир – 200 г. Можно даже использовать хлопковое масло – 200 г, горох нут – 1 стакан (заранее поставить в воду за день), чеснок – 4 головки, перец – 2 шт. (острый), соль – по вкусу, приправы (зира, чёрный перец по вкусу).*

Состав рассчитан на 8 литровый казан. Вы можете уменьшить их количество учитывая объем вашего казана и порции.

Приготовим все необходимые ингредиенты, почистим и помоем их перед приготовлением плова. Обязательно за один день вперед, горох нут замочите в воде до момента приготовления вашего блюда.

Почищенную морковь нарежем соломкой. Толщина соломки должна быть 3 на 3 мм. А лук нарежем кольцами, лучше будет, если нарезать лук полукольцами. Мясо режем на большие куски. Хотя оно будет дольше жариться, но мясо в плове будет сочным и сохранит свой вкус.

Если вы взяли курдючный жир, то тогда вытопите его в казане. Или если вы взяли обычное растительное масло, то тогда нужно будет его прокалить до образования беловатого дыма.

Теперь обжарим большие куски мяса в раскаленном масле. Мясо жарим до того момента как оно получит равномерный румяный цвет. Добавляем немного соли, а также поперчим черным перцем молотым. Постарайтесь, чтобы мясо не пережарилось, а иначе, оно может стать жестким.

Берем нарезанный полукольцами лук и добавим его в казан, а также добавим немного из нашей нарезанной моркови. Теперь нужно слегка уменьшить огонь и пока лук не получит румяный цвет, а морковь не смягчится, жарим лук с морковью в казане. Нужно быть осторожным, чтобы лук в казане не сгорел. Как лук слегка зарумянится, переходим к следующему шагу.

Следующий шаг нужно будет проделать быстро. Берем оставшуюся морковь, положим ее в казан и разровняем. Внимание! Ни в коем случае, ингредиенты в казане не

перемешивать. Особенность приготовления Самаркандского плова заключается в этом. В центре поверх добавленной моркови положим перец и чеснок. А поверх всех этих ингредиентов, добавляем замоченный в воде горох нут (конечно без его воды). При необходимости, можете разровнять горох нут (на узбекском языке, горох нут называется нухат).

Далее. Добавленная второй раз морковь не должна жариться, поэтому быстренько добавим приправы: добавим зиру, барбарис, семена кориандры и на уровне ингредиентов в казане, добавляем кипяченую воду.

Теперь нам нужно убавить огонь под казаном и варим ингредиенты в казане до того момента как горох нут смягчиться, то есть будет готов. Крышку казана лучше прикрыть.

Для риса, заранее готовим кипяченую воду. В нашем случае, для количества наших ингредиентов будет нужно полтора или 2 л кипяченой воды. Также нужно будет посолить кипяченую воду, но при этом, имейте в виду, что вы посолили мясо. Иначе, вы можете пересолить плов. В общем количестве, для такого количества ингредиентов, добавляют 2 столовые ложки соли. Если мы посыпали четверть из этого количество соли на мясо, то оставшуюся часть соли добавляем в кипяченую воду.

Теперь нам осталось промыть рис 3 раза в проточной воде.

Если горох в казане готов, то есть смягчился, то можно и добавлять промытый рис. Для этого мы можем просто разровнять поверхность ингредиентов в казане, но ничего не перемешиваем. Положим рис в казан равномерно распределяя по казану и добавляем нашу кипяченую воду в казан. Уровень воды над уровнем риса приблизительно должна быть 1 или 2 сантиметра. Теперь добавим огня. Вода в казане должна закипеть. Как вода в казане начинает испаряться, аккуратно переворачиваем верхний слой риса вниз. Главное, не заденьте слой гороха и моркови.

После того как выпариться вся вода в казане, собираем рис горкой (в виде горки) и до дна казана проделываем небольшие отверстия в рисе по всему казану. Как вся вода выпарится, уменьшаем огонь под казаном до самого минимума и закрываем крышку.

Все ингредиенты должны готовиться в течение 30–40 минут на самом минимальном огне. После можно полностью убрать огонь и оставить на 10 минут для отдыха. Не перемешивайте плов даже после того как он будет готов.

Открываем крышку казана, берем сначала рис и вставим его в виде горки на тарелки, потом горох и морковь, перец и чеснок. Мясо можно разрезать на кусочки и распределить по тарелкам с пловом.

Самаркандский плов едят с салатом из огурцов и помидоров.

Самаркандский плов с изюмом

Состав: *мясо – 1 кг, морковь – 2 кг, луковица – 2 шт., рис – 1 кг, нут – 200–300 г, изюм – 100 г, зира – 1 щепотка, соль – 1 щепотка, растительное масло – 6–8 ст. ложек (кунжутное, хлопковое).*

Заранее следует замочить в холодной воде нут.

В казанок налить масло и хорошо накалить его. Мясо вымыть и просушить. Нарезать средними кусочками и отправить в раскаленное масло. Луковицу почистить и нашинковать. Отправить к мясу и поджарить до золотистого цвета.

Морковь вымыть, почистить и нашинковать. Особенность этого плова в большом количестве моркови, так что ее должно быть действительно много. Отправить в казан и накрыть крышкой. Оставить ее на 15–20 минут, и лишь изредка помешивать.

Когда морковь станет мягкой, можно добавлять в казан нут. За нутом отправить в казан изюм. Присыпать щепоткой зиры.

Рис хорошо промыть и отправить в казан. Посолить по вкусу и выровнять рис в казане. Залить рис кипятком так, чтобы вода была немного выше уровня риса.

На сильном огне нужно выпарить основную часть воды. Когда воды выкипит, сформировать горку из риса, добавить немного зиры и накрыть крышкой. Томить на медленном огне до полной готовности около 20 минут. Самаркандский плов в домашних условиях почти готов. Осталось только разложить его по тарелкам слоями (рис, морковь и мясо) и подать к столу.

Ферганский плов

Состав: *мякоть баранины – 1 кг, рис «девзира» – 1 кг, соль – ориентируйтесь на свой вкус, желательно использовать не крупную, а мелкую, молотый кориандр – 1 ст. ложка без горки, барбарис – 2 ст. ложки, зира – 0,5 ст. ложки, крупная морковь – 4 шт., репчатый лук – 4 шт., растительное масло – 350 мл. В идеале вместо масла лучше использовать курдючное сало. Если вы сможете его приобрести, вам понадобится около 400 г, молодой чеснок – 3 головки, стручковой острый перец – 3 шт., гранат среднего размера – 1 шт., зелень – укроп, петрушка, кинза.*

Для начала займитесь рисом. Крупу перед приготовлением обязательно следует подержать в воде хотя бы 3 часа.

Если вам удалось приобрести рис сорта девзира, вы увидите, что он на самом деле далеко не чистый, поэтому вам его нужно тщательно промыть в нескольких водах. Высыпьте рис в

кастрюлю, наберите воду, рис промойте, вылавливая всю всплывающую шелуху. Повторяйте, пока вода, вытекающая из кастрюли, не станет прозрачной. Затем залейте рис свежей, слегка солоноватой водой и оставьте настаиваться часа на 3–4. За это время он немного набухнет и в плове дойдет до готового состояния гораздо быстрее.

Приготовление ферганского плова начинается не только с подготовки крупы, но и с выбора баранины. Мясо должно быть свежим, не замороженным, без прожилок.

Промытое мясо нарежьте средними кубиками. Пока вы занимаетесь обработкой баранины, в казан выложите нарезанное курдючное сало. Обжаривайте его, пока не вытопится весь жир, после чего выньте из казана шкварки, а в жир опустите не очень крупно нарубленный репчатый лук.

Когда лук приобретет красивый золотистый цвет, выньте его на тарелку, а на его место положите подготовленные кусочки баранины. Подрумяньте мясо с обеих сторон, добавьте к нему нарезанную тоненькой соломкой морковь и уже прожаренный лук. Жарьте мясо с овощами, или, как его называют узбеки, зирвак, примерно 10 минут.

Мясо практически готово, самое время заняться специями, благодаря которым ферганский плов приобретает свой, многими любимый, вкус. Итак, в казан с зирваком высыпьте зиру, растертый ладошками кориандр и барбарис, после чего положите мелко нарезанный острый перчик (если вы не любите слишком острые блюда, его можно заменить на обычный черный молотый перец). Все тщательно перемешайте и томите еще 5 минут.

Когда морковь будет готова, влейте в казан кипяченой воды, так, чтобы только покрыть овощи на пару сантиметров. Больше не надо, иначе «Ферганский» плов выйдет не таким, каким он должен быть, а слишком клейким, словно каша. Киньте к мясу три-четыре зубчика чеснока и положите соль. Тушите все под закрытой крышкой около часа.

Итак, подошло время крупы. Еще раз промойте рис, дайте воде стечь. Высыпьте крупу к зирваку, только не перемешивайте, а лишь слегка разровняйте. Залейте все кипяченой водой, она должна покрывать продукты лишь на один палец. Тушите плов на сильном огне примерно 7–10 минут.

Проверить готовность блюда можно, сделав углубление в рисе: если жидкость ушла, кушанье готово. Накройте казан крышкой и дайте блюду настояться 30 минут. По истечении времени тщательно все перемешайте.

Приступим к украшению готового плова. Для начала выложите настоявшееся кушанье горкой на тарелку. Гранат

очистите от кожуры, извлеките из фрукта зернышки, посыпьте ими плов. Также можете использовать нарубленную зелень или просто веточки укропа и петрушки.

Плов, самостоятельное блюдо, не требующее дополнительного гарнира. Единственное, что можно к нему добавить, это свежие овощи.

Ташкентский плов

Состав: *мякоть баранины, с грудины или корейки – 1–1,2 кг, курдючный жир – 300 г, рис сорта лазер, или лазурный – 1 кг, желтая морковь (допустимо заменять обычной красной) – 1 кг, лук – 3 шт., чеснок – 2–3 головки, перец чили – 1 стручок, коричневый изюм кишмиш – 100 г, горох нут – 1 стакан, рафинированное растительное масло – 250 мл, щепотка сахара, соль;* ***смесь специй:*** *1,5 ч. ложки зиры, 1 ч. ложка паприки, 1 ч. ложка барбариса, 1 ч. ложка молотого черного перца, 1/5 ч. ложки куркумы.*

Горох нут замочите в большом количестве холодной воды на 24 ч. Затем воду слейте и промойте горох.

Мясо нарежьте на 8–10 кусков. Отрежьте 100 г курдючного жира и нарежьте кубиками со стороной около 1 см. Морковь нашинкуйте соломкой длиной 5–6 см, шириной около 2 мм. Лук нарежьте полукольцами. У целого чеснока срежьте корневую часть и снимите верхние слои шелухи, оставив лишь самую тонкую.

Рис промойте в 7–8 водах, пока сливаемая с риса вода не станет прозрачной. Залейте рис теплой (37 ˚С) кипяченой водой и щедро посолите, оставьте на 20–25 минут. Рис не должен выступать над водой, иначе он станет хрупким. Кишмиш почистите и залейте небольшим количеством горячей воды.

Для зирвака разогрейте в казане масло на сильном огне до появления белого дымка, опустите в него жир кубиками и большой кусок жира. Жир не нужно перемешивать – он сам вытопится до светло-золотистого цвета. Лишь большой кусок переворачивайте, чтобы он обжарился со всех сторон. Жир выньте шумовкой и отложите.

Положите в казан мясо и обжаривайте его до выпаривания жидкости и появления на мясе золотистой корочки (не до темно-коричневого цвета). Затем добавьте лук, обжаривайте его до светло-желтого цвета. Разровняйте мясо на дне казана и плотным слоем выложите морковь.

На этапе «первая вода» влейте в казан 1,25 л горячей кипяченой воды. Прижмите шумовкой морковь (она еще не погружена в воду) и погрузите в будущий зирвак головки чеснока и стручок перца чили. Добавьте все специи, растерев зиру в

пальцах.

Выложите поверх моркови нут и разровняйте. Уменьшите огонь до среднего и тушите без крышки 40–60 минут. В середине процесса извлеките головки чеснока и перец, отложите. Погрузите в зирвак обжаренный кусок курдючного жира. Тушите, пока большая часть воды не выпарится и на зирвак можно будет положить рис (а не утопить). В конце посолите зирвак, чтобы он был несколько пересоленным.

Слейте всю воду с риса. Выложите рис на зирвак, влейте «вторую воду». Закройте плов. Погрузите в рис головки чеснока. Посыпьте поверхность кишмишем, положите перец чили. Палочкой сделайте 5–6 отверстий по всей рисовой сфере, доходя до дна казана. Влейте в отверстия по 1/2 ч. ложки воды. Вновь разровняйте поверхность, прикрыв отверстия. Плотно закройте казан крышкой, готовьте на минимальном огне 30 минут. Тем временем подготовьте редьку к плову.

Перемешайте плов. Курдючный жир извлеките вместе с мясом, мясо нарежьте небольшими кусочками, а жир – тонкими пластинами. На большое плоское блюдо (ляган) выложите горкой рис, морковь, нут и кишмиш. Поверх выложите мясо. По краю блюда, прямо на плов уложите лепестки курдючного жира. Водрузите сверху головки чеснока и перец. К плову подайте редьку с солью и мелко нарезанный зеленый лук. Луком каждый посыпает свою порцию плова.

Узбекский плов по-хорезмски

Состав: *баранина или говядина – 800 г, рис – 700 г, лук – 3 шт., морковь – 700 г, растительное масло (лучше хлопковое) – 150 мл, острый чили – 2 стручка, соль.*

В состав хорезмского плова не входят специи и они не перебивают вкус и аромат самого плова. Овощи не пережариваются в большом количестве масла, но вкус и аромат у этого плова просто изумительный.

Для хорошего плова рис обязательно должен быть твердых сортов, с малым содержанием крахмала, предпочтительнее сорта аланга, лазер, девзира. Морковь желательно тоже брать желтую, но такую выращивают только в Узбекистане. В Узбекистане принято готовить плов на хлопковом масле, у него особенный вкус и запах.

Настоящий плов по времени готовится не спеша, не менее 2 часов, поэтому начнем издалека. Морковь вымыть и нарезать стружкой вручную. Морковь держим в левой руке между большим и остальными пальцами, в правой – нож острием к себе, и срезаем стружку с моркови к себе. Так нарезают морковь для плова только

в Хорезме.

Лук нарезать тонкими полукольцами.

Следует поставить казан на огонь и накалить его. Затем налить масло и тоже разогреть почти до дыма. Это нужно делать обязательно, чтобы потом у вас ничего не пригорело и не прилипло. Опустить в горячее масло крупные куски мяса. Быстро накройте крышкой казан. Затем крышку нужно будет открыть и обжаривать мясо на сильном огне до золотистого цвета. Главное – это сохранить мясные соки.

А теперь внимание – главное отличие в приготовлении хорезмского плова – добавляем стакан воды и закрываем крышкой. Огонь уменьшаем и тушим минут 30–40, до полного выкипания воды. Как только вода выкипит, а мясо станет мягче – хорошо солим. Теперь самое время для добавления лука. Закладываем в казан лук и сразу же морковь. Ничего не перемешиваем. Можно только шумовкой подтыкать снизу все содержимое казана. Закрыть крышкой и тушить в собственном соку минут 20, пока количество моркови уменьшится в объеме.

Затем очередь риса. Его промывают несколько раз от лишнего крахмала до полной прозрачности воды. Для ташкентского плова вообще рис замачивают в воде на час. Выкладывают рис поверх моркови, разравнивая. Солят и наливают горячую воду через шумовку или лопатку. Вода должна покрывать рис на 1 см. Это зависит от сорта риса и его способности вбирать воду. Делаем сильный огонь и ждем пока выкипит вода. Тут же собираем рис от краев казана к середине, делая горку.

Накрываем казан крышкой, уменьшаем огонь и даем плову дойти до готовности под паром. Периодически можно открывать крышку и перемешивать только рис, не касаясь моркови и мяса. Обычно это занимает минут 20–30. Если вы в это время проделаете отверстие в середине рисовой горки и опустите туда продолговатый кусочек сливочного масла, вкус вашего плова только улучшится. Готовый рис должен стать рассыпчатым, но плотным. Каждая рисинка должна легко отделяться.

Теперь можно плов перемешать. Достать мясо и нарезать его на мелкие кусочки для подачи. Остальное мясо вернуть обратно в казан. Подают плов с помидорным салатом ачик-чучук и зеленым чаем.

Плов хорезмский с горохом

Состав: *мясо – 600 г, лук – 150 г, растительное масло (предпочтительно хлопковое) – 150 г, морковь желтая – 500 г, рис – 600 г, чеснок – 3 головки, замоченный горох (нухат) – 1 стакан, соль, черный перец, зира.*

Мясо средней жирности нарезать кусочками. Если вы готовите большое количество плова, то мясо можно нарезать большими кусками (до 100–150 г один кусок).

Лук нарезать полукольцами толщиной 2–3 мм, тоньше лук нарезают для салата, а для плова такая толщина в самый раз.

Морковь очистить и нарезать тонкими пластинками длиной на всю длину моркови. Сваренная в плове желтая морковь имеет дивный нежнейший вкус.

Подготовительные работы закончены, приступаем непосредственно к приготовлению. Казан нагреваем на сильном огне, вливаем масло и продолжаем нагревать его на сильном огне до появления дымка. После появления дымка огонь уменьшаем и бросаем в казан очищенную луковицу или небольшую морковку. Когда луковица или морковка обжарится до почти черного цвета, достаем ее из казана шумовкой и выкидываем. Это имеет значение, если вы готовите плов именно на хлопковом масле. Подготовленное таким образом хлопковое масло не имеет специфического запаха и не дает изжоги. Если вы готовите на подсолнечном масле, достаточно только сильно нагреть его.

В подготовленное масло опустить мясо и обжарить до корочки, помешивая при этом шумовкой. Так как масло очень горячее и огонь у нас сильный, мясо обжаривается очень быстро.

После обжаривания мяса положим нарезанный лук и перемешаем его с мясом. Убавляем огонь до среднего и продолжаем жарить зирвак пока лук не станет прозрачным. Посолим и поперчим зирвак. Солим, учитывая что солить будем еще раз, после закладки риса.

Поверх мяса раскладываем морковь и заливаем водой на уровне содержимого котла.

Через несколько минут положим замоченный и промытый горох. Нужно за сутки замочить в холодной воде сухой горох-нухат. Теперь уменьшим огонь и попробуем бульон зирвака на соль, если нужно досаливаем, добавляем зиру и оставляем томиться как минимум на час, не перемешивая. Когда морковь станет мягкой и нухат будет готов, можно закладывать рис, но перед этим положим в зирвак чеснок. Чеснок закладываем так, чтобы он как можно меньше торчал из зирвака.

Рис для плова промываем в проточной воде, пока вода не станет прозрачной. Промытый рис аккуратно закладываем в казан поверх зирвака, чтобы он не перемешался с зирваком. Разравниваем рис поверх зирвака.

Наливаем воду. Воды обычно берется столько же, сколько риса, в нашем случае – 600 мл. Наливаем ее аккуратно, через шумовку, чтобы не перемешать содержимое казана. Солим второй

раз Увеличиваем огонь и добиваемся равномерного кипения. Внимательно следим за кипением, оно не должно быть слишком бурным, и время от времени аккуратно перемешиваем верхний слой риса, стараясь не задевать зирвак.

Когда вода выкипит, сделаем в рисе дырки черенком деревянной ложки, на всю глубину содержимого.

Уменьшаем огонь до минимума и накрываем плов подходящей по размеру тарелкой.

Через 20–30 минут плов готов. Выкладываем его на ляган слоями, сначала рис, потом слой моркови с нухатом, сверху мясо. Увенчивает все это сооружение головка чеснока. Он в плове получается очень нежным и вкусным. Едят плов руками (ну в крайнем случае ложкой).

Хорезмский плов отличается способом приготовления от более распространенных самаркандского, ферганского и ташкентского вариантов. Чем же отличается хорезмский плов? Зирвак в нем не обжаривается, а только тушится, морковь применяется только желтых сортов, нарезается она способом, принятым только в Хорезме. Готовый плов – светлый, рис в нем почти белый.

Шавля

Шавля является традиционным узбекским блюдом очень похожим на плов. Разница заключается лишь в соотношении компонентов. Приготовление ее отличается быстротой и простотой. Своей консистенцией шавля больше всего напоминает рисовую мясную кашу. Несмотря на эти различия, шавля получается сытной, вкусной и ароматной, ни в чем не уступающей плову. По традиции морковь для приготовления шавли должна быть крупно нарезана соломкой. Однако вполне возможно просто потереть ее через терку с крупными отверстиями, без соблюдения старинной технологии, зато быстренько и без хлопот. Очистить луковицы, разрезать одну из них пополам и отложить в сторону. Они потребуются именно в таком виде. Оставшиеся луковицы нарезать полуколечками и переложить на тарелочку.

Помидоры, используемые в шавле должны быть сочные, красные и, самое главное, натуральные, а не «пластиковые» турецкие и китайские суррогаты, которые продаются в супермаркетах. Нарезать их на небольшие кубики, можно перед этим их ошпарить и освободить от шкурки. Если свежих помидоров нет, то можно воспользоваться консервированными или же – томатным пюре.

Шавля классическая

Состав: *рис – 250 г, масло раст. рафинированное – 3 ст. ложки, ибаранина – 0,5 кг, зира – 1 ч. ложка, лук – 4–5 шт., перец молотый черный – 0,5 ч. ложки, морковь – 4–5 шт., паприка молотая – 2 ч. ложки, помидоры – 3–4 шт., соль.*

Вымыть баранину, обсушить, порезать на маленькие, произвольных размеров, кусочки. Резку непременно производить поперек мышечных волокон для того, чтобы во время обжаривания баранина не съежилась и получилась более сочной.

Поставить на огонь казан или толстостенную трехлитровую кастрюлю, влить в нее растительное масло и разогреть.

Для приготовления настоящего узбекского блюда, необходимы 100 г овечьего курдюка. При этом растительное масло не потребуется. Порезать его некрупными кусочками и поместить в разогретый на огне казан, чтобы вытопилось все сало. Опустить в горячий жир разрезанные половинки луковицы и обжарить, в течение пяти минут. Это нужно сделать для того, чтобы ароматизировать его.

После чего вынуть луковые половинки, положить на их место

кусочки нарезанного мяса и обжарить около десяти минут на огне средней силы, пока не образуется коричневатая корочка. Слегка посолить подготовленную баранину, добавить к ней, нарезанный полукольцами лук и поварить десять минут, после чего отправить туда же и морковь.

Перемешать и опять готовить десять минут. Добавить нарезанных помидоров и вновь перемешать. Хорошо промыть рис и засыпать в готовящуюся шавлю. Лучше всего использовать круглозерный рис, в готовом виде дающий наиболее правильную консистенцию, однако, если его нет, то подойдет и длиннозерный, единственное, что при этом блюдо может получиться не таким кашеобразным.

Залить содержимое сырой или кипяченой водой таким образом, чтобы она покрыла его на два сантиметра. Перемешать, посолить и положить специи. Попробовать и, если есть такая необходимость, добавить еще. Накрыть казан крышкой и, периодически помешивая, варить шавлю на среднем огне, приблизительно в течение 20–30 минут, до ее окончательной готовности.

В случае преждевременного выкипания жидкости до того, как все ингредиенты полностью сварятся, нужно просто влить еще чуточку воды и продолжать варить далее в течение необходимого времени. По своей консистенции, готовая шавля может походить и на густой суп, и на вязкую кашу. Вы сами можете выбрать какой ей быть. После того, как овощи, мясо и рис дойдут до кондиции, огонь следует выключить и дать шавле немножко настояться. Подавать шавлю нужно в горячем виде, с гарниром из свежих овощей и зелени, к обеду или ужину. Вкус блюда ничуть не станет хуже, если оно остынет и будет потом разогрето, так что, если вдруг, в кастрюле что-то останется, хотя это и вряд ли, то ее всегда можно будет поставить в холодильник, чтобы насладиться шавлей во время следующей трапезы.

Шавля с фасолью

Состав: *рис – 400 г, мясо – 300 г, морковь – 300 г, фасоль – 200 г, жир – 300 г, лук, помидоры – по 3 шт., красный перец, чабер.*

Шавлю готовят тоже в Узбекистане. По составу продуктов она похожа на плов, но совершенно иные соотношения компонентов, способ и продолжительность приготовления делают ее больше похожей на кашу. Воды заливают в этот вид плова больше, 1 л на 1 кг риса, причем сразу всю воду добавляют в сваренный зирвак. Лука и жира в шавле тоже больше.

В конце приготовления зирвака в него нужно добавить замоченную фасоль и варить до полуготовности. После этого

заложить промытый рис. Соль и пряности добавляют уже в готовое блюдо. Скупиться на приправы не стоит. Шавля должна быть достаточно острой. Но тем, у кого есть проблемы с пищеварительной системой, стоит готовить плов с меньшим количеством специй. Подавать готовое блюдо следует с лепешками или с лавашем.

Жухори шавля (кукрузная каша)

Состав: *початки кукурузы молочно-восковой спелости – 5–6 шт. (можно заменить консервированной), мясной фарш – 300 г, масло 300 мл, лук – 2 шт., морковь 3–4 шт., картофель – 2–3 шт., помидоры – 3–4 шт., соль и перец – по вкусу.*

С початков кукурузы молочно-восковой спелости отделить зернышки, срезая их ножом.

Перетопить масло, обжарить в нем лук, мясной фарш, морковь и картофель, нарезанную мелкими кубиками, положить помидоры, жарить до полуготовности. Затем сверху положить подготовленные зерна кукурузы, залить водой, плотно закрыть крышкой и томить на слабом огне до готовности кукурузных зерен. Добавить соль и перец.

Если вода испарилась до смягчения зерен, добавить теплой воды.

Готовое блюдо подать в тарелках, посыпав сверху рубленой зеленью.

Машкичири (каша из маша и риса)

Состав: *маш – 200 г, рис – 300 г, мясо – 300 г, масло – 300 г, морковь – 200 г, лук – 2–3 шт., соль и специи – по вкусу.*

Мясо нарезать ломтиками, а морковь – мелкими кубиками. В сильно разогретом жире обжарить лук, положить мясо и всё остальное и пережарить. Налить воды и положить промытый маш, варить на слабом огне.

Когда зерна маша полопаются, добавить соль, специи и вымытый рис. Продолжать варить, пока не испарится вода и, чтобы каша не пригорела, необходимо часто помешивать.

Когда испарится вода, а маш хорошо разварится, блюдо можно снять с огня и дать постоять 10–15 минут.

Потом положить его на блюдо и через 3–4 минуты подать к столу.

Урикли шавля (шавля с сушеным урюком)

Состав: *рис – 600 г, сушеный урюк – 300 г, жир – 350 г, лук – 2–3 шт., морковь – 500 г, соль и специи – по вкусу.*

Шавля с сушеным урюком готовится, как обычная шавля. Но

это блюдо готовится без мяса и помидоров, а перед закладкой риса – в подливу добавляют сушеный урюк сорта «кандак» или «ксфарак».

Готовую шавлю положить на блюдо, разровнять и подать к столу, посыпая сверху зеленым луком.

Чебуреки

Это традиционное блюдо тюркских народов.

Именно они первыми начали жарить пирожки с мясной начинкой и специями в большом количестве жира.

Изначально для чебуреков использовали самое простое пресное тесто из трех ингредиентов – соли, воды и муки. С тех пор многое изменилось, сегодня тесто замешивают на молоке, кефире, минеральной воде, заваривают кипятком, добавляют в него водку и яйца. Фарш готовят традиционно мясной с большим количеством лука для сочности.

Тесто для чебуреков с жиром

Состав: *мука – (600 г) 4 стакана, теплой вода (можно минеральную) – 0,3 л, сахар и соль – без горки по 1 ч. ложке, жира (маргарин, масло растительное, смалец) – 80 г.*

В этом рецепте есть одна хитрость. Масло (или жир) добавляется в тесто в очень горячем, почти кипящем виде. Именно горячее масло способствует образованию маленьких пузырьков при жарке. А чтобы тесто было более мягким и нежным, обычную воду можно заменить минеральной.

Развести в теплой воде соль и сахар и всыпать в нее муку. Но не всю сразу, а так, чтобы тесто было полугустое. Чтобы сориентироваться – ложка должна не стоять, а медленно падать, если ее поставить в тесто. Вот именно на этом этапе влить кипящее масло, быстро мешая ложкой. Когда масло перемешается, можно начать подсыпать остальную муку и месить, чтобы масса стала эластичной. Тесто следует накрыть, чтобы не заветрилось, и оставить на некоторое время – минут на тридцать. Затем тонко раскатать и готовить чебуреки.

Тесто для чебуреков заварное (на кипятке).

I вариант

Состав*: мука – 600 г (примерно 4 стакана), вода – 300 мл, растит. масло (без запаха) – 2 ст. ложки, яйцо – 1 шт., соль – 0,5 ч. ложки, водка – 1 ст. ложка.*

Добавить в воду масло и соль, вскипятить. В кипяток добавить муки (неполный стакан) и быстро размешать, чтобы избежать появления комков. В остывшую массу ввести яйцо и водку. Когда они впитаются в тесто, добавить остальную часть муки и все хорошо вымесить. Перед раскатыванием, дать тесту выстояться – чем больше времени, тем лучше (можно оставить на ночь), но не меньше часа, и жарить чебуреки.

Тесто для чебуреков заварное (на кипятке).
II вариант

Состав: *мука – 600 г, вода – 300 мл, сахар и соль – без горки по 1 ч. ложке, свиной жир – 1 ст. ложка.*

Все ингредиенты (кроме воды) смешать и растереть руками, чтобы мука впитала жир. Затем массу заварить крутым кипятком (кипящей водой) и перемешать вначале ложкой, а когда остынет, вымесить руками. Положить тесто в холод и через час можно раскатывать.

Если вы не найдете смалец, вытопите на сковороде обычное сало, порезав его мелко. Шкварки уберите, а жир, когда он остынет, используйте по назначению.

Яичное тесто для чебуреков

Состав: *6–8 скорлупок воды, 4 яйца, 1 скорлупка растительного масла, водка – 100 мл, соль, мука (сколько возьмет, чтобы получилось не слишком липкое, но и не тугое тесто).*

Мерным стаканчиком выступает скорлупа от яиц. Скорлупу не разбивают пополам, а наверху аккуратно делают небольшое отверстие, около сантиметра в диаметре, выпускают через него яйцо и получают пустой контейнер. Готовить все очень быстро и просто – смешать все ингредиенты, тщательно вымесить и поместить в холод на два часа. Затем можно приступать к раскатыванию.

Тесто для чебуреков на пиве

Состав: *пиво (250 мл) – 1 стакан, яйцо – 1 шт., мука – 3–4 стакана, соль.*

Пиво смешать с яйцом, добавить щепотку соли и муки, чтобы замесить тесто. Вначале оно получается тугое (твердое). Чтобы оно стало мягче, его оставляют отлежаться некоторое время (пару часов), накрыв салфеткой или полотенцем.

Чебуреки на кефире с мясом

Состав для теста: *яйцо – 1 шт., мука – 250 г, кефир – 100 мл;* ***для фарша:*** *говядина – 150 г, сыр – 100 г, соль – по вкусу.*

Любая хозяйка задумывается о том, как приготовить чебуреки с мясом, чтобы они получились пышные и сочные. Справиться с этой задачей поможет применение кефира как одного из основных дополнений. В качестве альтернативы можно использовать кислое молоко и йогурт. При желании можно добавлять определенные составляющие части, например, сыр и зелень придадут пикантное сочетание и разнообразят

повседневное меню.

Приготовление: замесить тесто, используя при этом кефир. Отложить тесто минут на 30. За это время прокрутить мясо через мясорубку, сыр натереть на терке.

Тесто разделить на небольшие шарики, раскатать из них лепешечки и выложить на них мясной фарш с сыром, края хорошо защипнуть.

Жарить до румяных боков.

Тесто для чебуреков с творогом

Состав: *пачка творога (200 г), мука – 1–1,5 стакана, одно яйцо – 1 шт., соль, сода – 0,5 ч. ложки, уксус – несколько капель, чтобы погасить соду.*

Тщательно размять вилкой творог, чтобы не было крупных комков. Можно даже пропустить через сито. Добавить яйцо, соль, гашеную соду (капнуть на нее уксусом, чтобы она зашипела), все перемешать. В конце всыпать муку и замесить не тугое, но и не липкое тесто, чтобы его можно было тонко раскатать. Если тесто будет липнуть, можно добавить больше муки.

Чебуреки классические

Состав для теста *(стакан объемом 250 мл): мука пшеничная в/с – 2 ст., вода питьевая – 160 мл, растительное масло без запаха и добавок – 1 ст. ложка, яйцо куриное – 1 шт., сахар-песок – 1 ч. ложка, соль поваренная, мелкого помола – 3/4 ч. ложки;* ***для начинки:*** *мясо / готовый фарш – 250–300 г, репчатый лук – 100–150 г, соль поваренная – 2/3 ч. ложки (по вкусу), молотая смесь перцев – 1/2 ч. ложки, свежая зелень – небольшой пучок (по желанию), масло для жарки – 150 г, ледяная вода или кубики льда – по необходимости.*

Если купили цельный кусок мяса, прокрутите через мясорубку, используя решетку с крупными отверстиями. Либо мелко нарубите его ножом. Так в начинке будут чувствоваться кусочки, и получится сочнее.

Лук в чебуреки обычно кладут в большом количестве. На 300 г фарша возьмите 2 средние луковицы. Мелко нарежьте. По желанию нарубите маленький пучок свежей зелени (укроп, петрушка, всего понемногу). И добавьте к остальным ингредиентам. А теперь секрет: в несколько заходов добавьте в фарш 50 мл ледяной воды (пару столовых ложек колотого льда). Так внутри появится сок. Тщательно вымешайте, пока масса не станет вязкой. Поставьте в холодное место минимум на полчаса, чтобы застыл жир.

Вскипятите 125 мл воды. Остальную – просто слегка

подогрейте. В глубокую миску просейте половину стакана муки. Тонкой струйкой влейте в муку кипяток. Параллельно перемешивайте массу ручным венчиком, разбивая комочки.

Получится заварная масса. Пока оставьте её в сторону, пусть немного остынет. Благодаря такому необычному способу приготовления выпечка получится хрустящей, пупырчатой и слегка слоистой.

В другую, большую по размеру глубокую посудину просейте остальную муку. Всыпьте соль и сахар. Именно за счет последнего чебуреки получатся румяно-золотистыми, но на общий вкус выпечки сахар не повлияет. Вбейте небольшое куриное яйцо.

Добавьте растительное масло. Оно придаст чебуречной основе эластичность. Переложите в основную миску и заварную массу. Влейте оставшуюся воду (35 мл).

Все тщательно перемешайте ложкой. Потом выложите на стол и замесите мягкое, податливое тесто. Оберните его в пищевой полиэтилен. Оставьте отдохнуть в течение 30–40 минут.

Затем снимите пленку. Чтоб тесто не обветривалось, разделите его пополам и пока ненужную часть снова оберните в полиэтилен. Половину, с которой планируете работать, тонко раскатайте на присыпанной мукой рабочей поверхности. Блюдцем/тарелкой (смотря какой размер чебуреков считаете идеальным) вырежьте в пласте круглые заготовки. Либо сразу разделить массу на одинаковые шарики. И уже потом раскатайте каждый из них. Обрежьте неровные края. Получатся ровные круглые заготовки.

На одну половинку кругляша положите мясо (начинку). Много не кладите, в процессе жарки наполнитель прорвет чебурек, и весь сок останется на сковороде.

Накройте фарш свободной половиной теста. Тщательно защипните края, чтобы не осталось отверстий. Жарить чебуреки желательно в сковороде с толстым дном. Налейте масло примерно на 1,5 см. Хорошо разогрейте его. Выложите первую партию. Готовьте на умеренном огне 3–4 минуты, пока тесто не станет пузырчатым и золотистым. Потом переверните. Готовьте еще несколько минут, пока не зазолотится и второй бочок.

Можно сделать очень вкусные чебуреки во фритюрнице, если у вас нет чугунного казанка. Но в этом случае растительное масло должно полностью покрывать лепешки с начинкой во время приготовления.

Готовые чебуреки можно заморозить.

Слепленные, но не обжаренные, чебуреки разложите в один ряд по присыпанной мукой большой разделочной доске. Поместите в морозилку (желательно в камеру быстрой

заморозки) на 40–60 минут. Подмороженные заготовки распределите по специальным термостойким пакетам по 3–4 штуки (сколько сразу помещается на сковороду). Храните чебуреки в замороженном виде до 1-го месяца.

Перед жаркой размораживать заготовки не нужно. Выкладывайте их в хорошо разогретое масло и жарьте на небольшом огне.

Чебуреки ташкентские

***Состав тонкого теста для чебуреков**: мука пшеничная – 4 стакана (объем 250 мл), вода очищенная, питьевая – примерно 320 мл (1,3 стакана), сырое яйцо – 1 шт., подсолнечное масло – 2 ст. ложки (подойдет любой другой жир), поваренная соль – 0,5 десертной ложки; **для фарша:** свежее мясо – 700 г, репчатый лук – 350 г, очищенная вода или кефир – около стакана, мясные специи, соль и мелкомолотый перец – по вкусу.*

Для приготовления чебуречного теста:

Вскипятите 1,3 стакана воды, разбавьте в ней соль и разведите масло (за счет добавления масла готовые узбекские чебуреки получатся «пузырчатыми»).

Сразу заварите в подготовленной смеси половину стакана муки, старайтесь размешивать комки. Потом остудите массу. За счет заваривания части муки тесто сделается пластичным и мягким.

Добавьте в тесто ложку водки (можете не добавлять алкоголь) и куриное яйцо, размешайте (благодаря яйцу увеличится «пузырчатость» теста и его прозрачность, однако его мягкость и пластичность несколько снизится). Постепенно вводя оставшуюся муку, вымесите тесто. Оно не должно приставать к вашим ладоням, в противном случае подсыпьте еще чуть-чуть муки. Дайте ему настояться хотя бы час, во время выстойки один раз обомните тесто.

Для приготовления фарша пропустите взятое мясо через мясорубку. Можете с помощью мясорубки перекрутить и лук. Добавьте в фарш специи, соль. Если у вас достаточно времени, то можете мелко порезать лук, перемять его (отбить толкушкой) с перцем, солью и специями, после чего переложить в мясной фарш.

Добавьте в фарш около стакана воды либо стакана кефира (только без добавок и красителей). Кефир свяжет сырое мясо, фарш не будет растекаться, и отдаст жидкость в готовые чебуреки. Тщательно перемешайте начинку.

Приготовление ташкентских чебуреков.

Отрывая тесто (кусочки, размером с теннисный мячик),

раскатывайте его в лепешки до одного миллиметра в толщину. Разровняйте мясной фарш по половине раскатанной лепешки, накройте начинку второй половиной и придавите края, чтобы выдавить воздух (чтобы чебурек сильно не распух). Прокатайте края заготовок специальной машинкой либо краем блюдца. Следите, чтобы в шве не оставались щели либо прорехи.

Налейте в подходящую посудину около трех сантиметров растительного масла, подождите, пока оно хорошенько нагреется. Жарьте чебуреки с 2-х сторон на умеренном огне, сковороду накрывать не нужно, пока они не приобретут соблазнительный, золотисто-коричневый оттенок.

Можете просто пожарить чебуреки в сковороде, используя меньше растительного жира. После жарки чебуреки станут размером со среднюю ладошку. Вкусное, очень аппетитное и сытное блюдо эти чебуреки.

Чебуреки с картошкой и мясом

Состав: *говядина – 500 г, мука – 500 г, вода – 250 мл, картофель – 300 г, лук – 2 шт., сухие дрожжи – 10 г.*

Дрожжи растворить в теплой жидкости, всыпать соль и муку, оставить на полчаса в теплом месте.

Говядину прокрутить через мясорубку вместе с луком и картофелем.

Тесто разделить на небольшие шарики и раскатать. Выложить на них картофельно-мясной фарш и слепить края. Поджарить во фритюре или просто на сковороде до румяной корочки.

Чебуреки с молоком и свининой

Состав: *яйцо – 1 шт., мука – 2 стакана, вода – 70 мл, фарш – 200 г, молоко – 100 мл, твердый сыр – 100 г.*

Замесить пресное тесто, оставить его в холоде на 3 часа.

Влить в фарш молоко. Разрезать заготовку на куски, раскатать, сформировать.

Готовить в масле в сковороде, пока стороны не станут румяными.

Самса

Узбекская самса – это национальное блюдо, которое по-настоящему порадует любителей пикантной и необычной выпечки. Традиционно самсу выпекают в круглой глиняной печи-тандыре, прилепляя пирожки прямо на глиняную поверхность. В качестве начинки используют мясо или зелень, тыкву и картошку. В городских квартирах самсу готовят в газовой духовке.

Тесто для самсы

Основа узбекской самсы – тесто, о всех видах которого мы постараемся наиболее подробно рассказать. Однако наибольшей популярностью пользуется узбекская самса из слоеного теста. Её хрустящая текстура, покрывающая сочную и жирную начинку не оставит равнодушным ни одного едока.

Тесто для узбекской самсы делится на: постное, сдобное бездрожжевое, сдобное дрожжевое, простое дрожжевое тесто и слоеное тесто.

Постная самса готовится на основе из муки и воды, с добавлением соли. Из этих ингредиентов обычно на глаз (приблизительно 2 стакана воды на 1 кг муки) замешивают эластичное тесто, в которое впоследствии заворачивают начинку.

Один из вариантов: узбекский способ приготовления теста довольно прост, поэтому вы легко можете воспроизвести его на своей кухне.

Состав: *мука – 4 ст., вода – 250 г, маргарин или жир – по необходимости, соль.*

Замесите тесто и разделите его на несколько частей. Заготовки положите в холодильник на полчаса.

Раскатайте каждую часть в достаточно тонкий пласт, а затем смажьте их растопленным маргарином или жиром.

Сверните каждую заготовку рулетом, еще раз разрежьте его на части и снова раскатайте.

Чем больше раз вы повторите указанную последовательность, тем больше слоев будет в готовом тесте.

В ***бездрожжевое сдобное тесто*** на 1 кг муки добавляют 2 стакана молока, пару яиц и соль. Также возможно использование топленого масла, жира, или маргарина.

Состав: *мука – 4 ст., яйцо – 1 шт., теплая кипяченая вода – 1 ст., соль мелкая – по вкусу, масло сливочное – 100 г.*

В кастрюльку наливаем теплую воду, добавляем растопленное сливочное масло и разбиваем яйцо. Муку просеиваем с солью и постепенно всыпаем в масляно-яичную

смесь. Замешиваем руками плотное тесто, скатываем из него шарик и убираем в холодильник. Затем разделяем его на 3 равные части и раскатываем одну в тонкую лепешку. Промазываем ее размягченным сливочным маслицем. Точно также поступаем с оставшимся тестом. После этого аккуратно переносим вторую лепешку и кладем на первую. Промазываем поверхность маслом и накрываем 3 пластом. Теперь сворачиваем все рулетом и разрезаем на кусочки шириной примерно 5 см. Каждый кусок раскатываем в лепешку и убираем заготовки в сторону, накрыв сверху полотенцем.

Для ***простого дрожжевого теста*** в теплой воде предварительно растворяют дрожжи из расчета 23 г на 1 кг муки, яйца и молоко не добавляются. Такой рецепт приготовление теста занимает наибольшее количество времени, ведь тесто оставляют для брожения на 1–4 часа.

Состав: *сухие дрожжи – 25 г, вода кипяченая – 2 ст. ложки, мука – 1 кг.*

Сухие дрожжи высыпаем в мисочку с теплой кипяченой водой. После их растворения постепенно всыпаем муку и замешиваем однородное мягкое тесто. Теперь ставим посуду в теплое место, накрываем сверху полотенцем и оставляем для брожения примерно на 5 часов. По истечении времени, тесто хорошенько обминаем и переходим непосредственно к приготовлению самсы.

Дрожжевое сдобное тесто отличается от простого варианта, лишь наличием молока, 5–6 яиц и 3 ложек сахара. Замешанное тесто оставляют подходить как обычно в теплом месте.

Начинки для самсы

Птица. Не менее вкусная получается самса с птицей, в частности с курицей. Для приготовления начинки рекомендуется использовать более жирные части тушки, например бедра, при этом шкурку с них снимают, а жир оставляют. А вот с филе начинка получается слишком сухой, практически без сока.

Перед тем как приготовить самсу с курицей, нужно определиться с тестом. Можно замесить его самостоятельно по представленному выше рецепту, купить готовое слоеное тесто или прибегнуть к третьему варианту. В этом случае замешивается ложное слоеное тесто из муки (250 г), холодного сливочного масла, ледяной воды (по 100 г) и соли. Перед формированием изделий тесто должно полежать в холодильнике всего полчаса. В это время готовят начинку из срезанного с бедер мяса (700 г), лука (2 шт.) и соли.

Тыква. Тесто для приготовления самсы с тыквой можно

использовать любое пресное, в том числе и слоеное. Начинка же готовится следующим образом: тыква натирается на крупной терке и обжаривается на растительном масле с луком, сахаром, солью и перцем. Овощи на сковороде пассеруются до полуготовности, при этом количество специй регулируется по вкусу.

Сыр. Очень вкусная самса получается из тончайшего теста фило с соленой сырной начинкой. Можно использовать сулугуни, моцареллу, брынзу или любой другой сыр. Если на вкус он покажется слишком пресным, достаточно будет его немного досолить.

Начинку в виде натертого сулугуни, смешанного с сырым яйцом, выкладывают на край полоски в форме треугольника. Затем заворачивают край с сыром таким способом, чтобы сформировалась именно эта фигура. Заворачивать таким способом нужно до тех пор, пока не получится слоеная самса треугольной формы. Подготовленные изделия выкладываются на противень, смазываются желтком, посыпаются кунжутом и отправляются в духовку на 30 минут при температуре 190 градусов.

Картофель. Для приготовления начинки картофель отваривают до готовности и разминают в пюре. В это же время лук обжаривают на сливочном масле и добавляют его к картофелю. По вкусу добавляют соль и перец.

Рецепт самсы в домашних условиях с картошкой предполагает использование любого пресного теста. Но лучше всего такое блюдо готовить из слоеного теста.

Самса на сметанном тесте

Состав для теста: *мука – 280 г, сметана (20 %) – 100 г, сливочное масло (комнатной температуры) – 35 г, яйцо – 1 шт., соль – небольшая щепотка, сода – 0,5 ч. ложки, уксусная кислота (или сок лимона) – 0,5 ч. ложки;* ***начинка:*** *мясной фарш (можно смешанный: свинина + говядина) – 350 г.*

В чашку с маслом добавить сметану и яйцо, перемешать. Затем добавить соду, гашенную уксусом или лимонным соком, перемешать. Постепенно вводим муку и быстро замешиваем тесто.

Тесто получается плотным и не липнет к рукам. Придаем тесту форму бруска, заворачиваем в пакет и убираем в холодильник на час. Достаем брусок теста из холодильника и нарезаем на равные кусочки, у меня вес одного кусочка составил 65 г. Раскатываем заготовку, чтобы края были потоньше, а середина – более плотной.

На середину лепешки выложить мясной фарш. И завернуть лепешки треугольником, тщательно защипав края.

Выкладываем получившиеся пирожки швом вниз на застеленный пекарской бумагой противень. Выпекаем киргизскую самсу на сметанном тесте в разогретой до 230 градусов духовке 20 минут.

Готовую самсу подать к бульону.

Слоеная самса

Состав для теста: *сливочное масло для самого теста – 100 г, растопленное сливочное масло для промасливания слоев самсы – 100 г, теплая вода – 1 стакан, яйцо – 1 шт, соль – 0,5 ч. ложки, мука – 4 стакана (примерно 450 г.);* ***для начинки:*** *мякоть баранины, бараний жир – 500–700 г, лук – 3–4 шт. среднего размера (чем больше лука, тем сочнее будет самса), пучок петрушки, специи, соль, перец.*

В теплую воду добавить нарезанное кусочками сливочное масло (мягкое), яйцо, соль и взбейте миксером до образования комковатой массы (недолго, примерно 1–2 минуты). Постепенно добавить в эту смесь 4 стакана муки, все время размешивая миксером, чтобы смесь получилась однородная. По мере добавления все новых и новых порций муки, тесто будет становиться все гуще и гуще. Когда тесто станет настолько густым, что накрутится на венчики миксера и месить миксером его далее станет невозможно, снимите его с венчиков миксера и месите руками минут 5–7, пока оно не станет плотным и упругим, и перестанет липнуть к рукам (в процессе можно слегка подсыпать стол мукой, но делайте это крайне осторожно, не переборщите, иначе тесто будет слишком тяжелым и его будет трудно раскатывать).

Скатайте тесто в одну большую колбаску и поделите ее ножом на 3 части. Скатайте каждую часть в колобок и уберите «отдохнуть», прикрыв полотенцем, на 30 минут.

Пока тесто «отдыхает», приготовьте начинку. Для этого ножом мелко порубите баранину (не берите бараний фарш, мелко нарубленное мясо будет и вкуснее, и сочнее) и бараний жир, добавьте к ним мелко нарезанный лук и измельченную петрушку, специи, соль, перец. Перемешайте фарш, чтобы все ингредиенты распределились равномерно.

Теперь снова пришло время заняться тестом. Возьмите один колобок теста и начинайте тонко раскатывать его на большом столе. Толщина теста должна составлять 2–3 мм. Теперь нужно смазать этот пласт теста растопленным сливочным маслом. Смажьте пласт тонким слоем масла и дайте ему застыть.

Пока масло застывает, начинайте раскатывать второй колобок. Точно так же раскатайте его до толщины 2–3 мм. Аккуратно перенесите второй пласт теста на первый, но только когда масло на первом уже застыло, иначе есть шанс все испортить, и аккуратно совместите их. Следите за тем, чтобы между пластами не возникло воздушных пузырей. Смажьте маслом второй пласт.

Те же самые действия повторите с третьим колобком теста. Третий пласт тоже смажьте маслом. В итоге у вас должно получиться три пласта теста, наложенные один на другой и промазанные сливочным маслом.

Теперь аккуратно начинайте сворачивать все три пласта в трубочку. У вас должна получиться довольно толстая и красивая колбаса диаметром приблизительно 6–8 мм. Острым ножом разрежьте ее пополам (поперек), одну половину уберите в холодильник, она подождет вас там, пока вы будете готовить самсу для первого противня. Половину теста нарежьте поперек кусочками 3 см. шириной (у вас получится 10–11 кусочков).

Теперь на столе, посыпанном тестом, осторожно раскатайте каждый кусочек, предварительно слегка примяв его. В итоге у вас должен получиться круг с видимыми слоями теста в середине. Старайтесь больше раскатывать края, а середину только слегка пройдите скалкой, не увлекайтесь.

На середине каждого подготовленного круга положите немного начинки (2–3 ч. ложки в зависимости от диаметра круга) и защипните треугольником. Сначала слепите вместе два края, а потом оставшийся полукруг подтяните к получившемуся первому шву и с двух сторон заклейте самсу. Переверните швами вниз и выложите на смазанный маслом противень.

Поставьте противень с самсой в разогретую до 200 °С духовку на 20 минут. После 20 минут, смажьте самсу взбитым яйцом, чтобы придать ей румяный аппетитный вид и присыпьте кунжутом. Оставьте еще на 15–20 минут.

Достаньте самсу из духовки и дайте ей немного остыть.

Самса с ветчиной и сыром

Состав: *слоеное тесто – 1 кг, ветчина – 300 г, сыр – 500 г, яйцо – 1 шт., майонез.*

Тесто разделяем на небольшие кусочки и по отдельности раскатываем в небольшие квадратные пласты. Ветчину и сыр мелко режем кубиками, заправляем майонезом и перемешиваем. Теперь выкладываем начинку на тесто и закрепляем края так, чтобы получились треугольники.

Выкладываем слоеную самсу с сыром на противень и

смазываем взбитым яйцом. Выпекаем в разогретой до 200 °С духовке примерно 30 минут.

Самса с сыром

Состав: *яйцо – 3 шт., масло сливочное – 100 г, вода – 1 стакан, сыр твердый – 500 г, чеснок – 1 зубчик, яичный желток – 1 шт., кунжут – 1 ч. ложка, соль – по вкусу.*

Для приготовления самсы с сыром берем яйцо, добавляем соль, воду и все хорошенько перемешиваем. Муку просеиваем в глубокую миску, делаем сверху углубление и постепенно вливаем яичную смесь. Далее замешиваем мягкое, эластичное тесто и ставим его в холодильник примерно на 30 минут.

По истечению времени разделяем его на 4 равные части. Каждую часть раскатываем в тонкий пласт толщиной приблизительно 2–3 мм. Затем обильно смазываем пласты растопленным сливочным маслом и скручиваем в тугие рулеты. Теперь выкладываем их в виде спирали на посыпанную мукой тарелку, накрываем пищевой пленкой и убираем на 2 часа в холодильник.

Не теряя времени зря, готовим начинку. Для этого сыр мелко нарезаем. Чеснок пропускаем через чесночницу и смешиваем с сыром. Добавляем оставшиеся яйца и все еще раз перемешиваем.

Затем охлажденное тесто нарезаем небольшими кусочками. Кладем на стол, посыпанный мукой, и раскатываем скалкой в лепешку. На каждую выкладываем немного сырной начинки и сформировываем треугольники, плотно закрепив края теста.

Перекладываем самсу на противень, застеленный бумагой для выпечки. Поверхность готовой самсы смазываем взбитым яичным желтком и посыпаем кунжутом. Отправляем самсу в разогретую до 180–200 °С духовку и выпекаем в течение 40 минут. Вместо обычного сыра, можно использовать брынзу, тогда у вас получится очень нежная, с пикантным вкусом самса с брынзой.

Самса с брынзой и зеленью

Состав для теста: *мука – 3 стакана (приблизительно), вода – 3/4 стакана, масло растительное – 1/2 стакана, соль – по вкусу;* ***для начинки:*** *зелень разная – 300 г, брынза с кислинкой – 150 г, молодая капуста – 150 г, специи – по желанию, растительное масло – 2 ст. ложки, яйцо для смазки, кунжут для посыпки.*

Тесто можно сделать слоеным, а можно абсолютно пресным. Именно пресный и быстрый вариант вам предлагается.

Смешайте в миске воду, масло и соль. Добавьте муку и замесите тесто. Всю муку не нужно добавлять сразу, подсыпайте

ее постепенно. Гладкое тесто совершенно не липнет к рукам. Накройте его и дайте отдохнуть 15 минут в холодильнике.

Тем временем нарежьте всю зелень – укроп, петрушку, зеленый лук. Можно взять шпинат, щавель, какая зелень имеется в наличии. Для вкуса можно добавить немного молодой капусты.

Посыпьте специями, которые вы любите, раскрошите мягкую брынзу, полейте растительным маслом и посолите по вкусу. Все смешайте до однородности. Начинка готова.

Из теста сделайте колбаску и нарежьте ее на кусочки. Каждый кусочек сформируйте в лепешку. Слегка раскатайте. На лепешку выложите начинку. Закройте в форме самсы, треугольником.

Выложите все самсы швом вниз на противень с пергаментом. Смажьте яйцом и посыпьте кунжутом. Выпекайте 30 минут до золотистого цвета. Готовую самсу слегка оросите водой, можно смазать растительным маслом, и накройте полотенцем. Оставьте на 15 минут.

Подавайте с горячим чаем или мясным бульоном.

Самса капак слоеная

Состав для теста: *мука пшеничная – 3 стакана, вода – 1 стакан, жир топленый – 2 ст. ложки, яйцо – 1 шт., соль – 1 щепотка,* ***для фарша****: баранина или говядина (мякоть) – 400 г, лук репчатый – 5 шт., жир-сырец – 70 г, зира – 1 щепотка, перец черный (молотый) – 1 щепотка, соль – по вкусу;* ***для смазки*** *листа: масло растительное – 2 ст. ложки.*

Для фарша лук измельчить, жир-сырец нарезать кубиками. Мясо пропустить через мясорубку, добавить лук, жир-сырец, специи, соль и перемешать.

Из муки, яйца и воды с добавлением соли замесить крутое тесто, накрыть его салфеткой и оставить для расстойки на 30–40 минут. Раскатать тесто в пласт толщиной 3–4 мм, смазать растопленным жиром, свернуть рулетом, затем разрезать на кусочки массой по 70 г и раскатать в лепешки с тонкими краями. На середину лепешек положить фарш, края защипать и придать изделиям округло-овальную форму. Самсу уложить швом вниз на лист, смазанный растительным маслом, и выпекать в течение 20–25 минут.

Самса с мясом и картошкой

Состав для теста: *мука – 500 г, вода – 1 стакан, соль – щепотка;* ***начинка:*** *мясной фарш – 200 г, картофель – 100 г, лук репчатый – 1 шт., соль – по вкусу, яйцо для смазки – 1/2 шт., кунжут – 1 ч. ложка.*

Для теста нужно взять муку, воду (кипяченую холодную) и

соль. Замесить не круто, раскатать в тонкий пласт, который смазать маслом или бараньим жиром, свернуть рулетом и снова раскатать. Свернуть тесто жгутом и дать отдохнуть, а пока заняться начинкой.

Начинку для самсы сделать из свиного фарша с добавлением мелко нарезанного сырого картофеля и лука. Посолить, поперчить при желании, добавить воды для сочности, хорошо вымесить.

Тесто раскатать жгутом и нарезать на кусочки. Тесто имеет слоистую структуру, т. к. мы его прослаивали маслом.

Каждый кусочек раскатать, выложить начинку. И залепить треугольником. Выложить пирожки на противень, смазать яйцом. Присыпать семенами кунжута.

Выпекать самсу с мясом и картошкой в нагретой духовке при 170–160 градусах до зарумянивания.

Готовую самсу подавать сразу, вкусна она и в охлажденном, и в разогретом виде.

Самса с субпродуктами

Состав для теста: *мука – 4 стакана, масло сливочное – 1 ст. ложка, вода (горячая) – 2,5 стакана, соль – 1 ч. ложка;* ***для фарша:*** *легкое – 500 г, сердце – 200 г, печень – 175 г, лук репчатый – 3 шт., перец чёрный – по вкусу, жир – 2 ст. ложки.*

Для приготовления теста муку просеять, сделать в ней углубление, добавить размягченное сливочное масло, горячую воду и замесить некрутое пресное тесто. Дать ему «отдохнуть» 20 минут, после чего нарезать на кусочки, как для пирожков, и раскатать. На середину раскатанной лепешки уложить приготовленный фарш, защипнуть края треугольника. Выпекать при температуре 230–240 ˚С в течение 7–10 минут.

Для приготовления ливерного фарша по отдельности сварить сердце, легкое, печень. Затем все эти продукты пропустить через мясорубку, заправить поджаренным луком, черным перцем, перемешать.

Сырная самса с грибами

Состав: *мука – 2 стакана, сметана – 150 г, сыр (твердый) – 100 г, масло сливочное – 50 г, яйцо – 1 ст. ложка, сахар – 1 ч. ложка, соль – 1 щепотка, сода – 1 щепотка, грибы (замороженные маслята) – 400 г, лук репчатый – 1 шт.*

Сначала займемся грибами. Грибы обжариваем до готовности. Не забываем посолить. Ставим остужать.

Займемся тестом. Сыр натрем на мелкой тёрке. Масло взбиваем с яйцом. В сметану добавляем сахар, соль и

перемешиваем. Сыр, масло, сметану соединяем, добавляем муку и соду. Замешиваем эластичное тесто. Ставим тесто отдохнуть минут на 30, прикрыв салфеточкой.

Затем из теста раскатываем жгутик и делим его на 12 частей. Каждую часть раскатываем в лепешечку, чуть больше ладошки. Выкладываем начинку, примерно 1 ст. ложку. Формируем пирожок. Не треугольный, а полукруг. Выкладываем на смазанный лист и ставим в духовку на 20 минут при 200 ˚С.

Подаем самсу к супам или бульонам.

Самса самаркандская

Состав: *маргарин – 250 г, сметана – 1 стакана, мука – 3 стакана, сода (гашеная уксусом), уксус столовый, говядина (фарш мясной) – 500 г, картофель – 2 шт., лук репчатый – 2 шт., соль, приправа для фарша.*

Муку перемешиваем маргарином тертым на терке, в сметану добавляем соду гашенную уксусом, перемешиваем с мукой и замешиваем тесто. Тесто готовится как песочное. И ставим в холодильник на 1 час.

Лук, картофель следует почистить и пропустить через мясорубку, перемешать с фаршем, добавив соль и специи. Поделить фарш на 25–30 частей и сделать овальными.

Тесто раскатать в тонкий пласт на 2 мм., порезать в полоску толщиной 2–3 см. Положить в кончик фарш и свернуть. Переложить на противень, смазать желтком, украсить, посыпав белым кунжутом. Выпекать в разогретой духовке, на среднем огне 45 минут.

Куырма-самса

Состав: *мука пшеничная – 210 г, вода – 4 стакана, баранина – 280 г, жир кулинарный – 1 ст. ложка, рис – 20 г, лук репчатый – 1/2 шт., масло растительное (для фритюра), яйцо (для смазки) – по необходимости, перец чёрный, соль – по вкусу.*

Замешивают пресное тесто, затем раскатывают его в виде кружочков, края их смазывают яйцом, кладут фарш, защипывают в виде полумесяца и жарят во фритюре (в большом количестве жира).

Для фарша мясо пропускают через мясорубку, обжаривают на жире, добавляют соль, черный молотый перец, припущенный рис, пассированный репчатый лук и все тщательно перемешивают.

Ошковок самса

Состав для теста: *мука – 1 кг, вода – 2 стакана, соль – 2 ч. ложки, дрожжи – 50 г;* ***для фарша:*** *тыква – 1,5 кг, лук*

репчатый – 500 г, шкварки – 200 г, песок сахарный – 1 ст. ложка, соль – 1 ч. ложка, перец молотый – 1 ч. ложка.

Замесить дрожжевое тесто и, когда оно подойдет, разделить на шарики с грецкий орех, раскатать на тонкие круглые сочни.

Фарш приготовляется следующим образом: выбрав спелую тыкву, очистить от кожуры и семян и нарезать «горошком», то есть кубиками по 1 × 1 × 1 см., сало нарезать так же, лук порубить, соединить все продукты, посыпать солью, сахаром и перцем и все хорошенько перемешать. Сделать четырехугольные пирожки и выпечь в духовом шкафу.

Самса ферганская

Состав для теста: *мука – 1 кг, яйцо – 1 шт., вода – 400 мл, соль – 2 ч. ложки;* ***для начинки:*** *баранина – 500 г, сало курдючное – 100 г, лук репчатый – 300 г, петрушка, укроп – по вкусу, соль, перец – по вкусу.*

Для начинки мясо и сало нарезать меленькими кубиками, лук четвертовать и тонко нарезать. Смешать мясо с луком, и туда же добавить мелко нарезанную зелень. Соль, перец добавлять перед начинкой. Также начинку можно поджарить.

Замесить крутое тесто, скатать в шар, завернуть в салфетку и дать постоять 12–15 минут. Тонко (в 1 мм) раскатать в большой пласт, смазать маслом и скрутить в рулон. Рулон скрутить в спираль. Полученную спираль раскатать в тонкий пласт. Снова смазать маслом и скрутить в рулон. Рулон нарезать на кусочки размером 5 см. Раскатать кусочек в маленький пласт и на середину каждого пласта положить начинку, оформить четырехугольные, овальные, треугольные или круглые самсы. Смазать противни маслом, а самсы яичным льезоном и поставить в горячую духовку. Готовность определяется по румяной корочке

Самса по-бухарски

Состав: *мука – 1 кг, вода – 2 стакана, дрожжи – 40 г, соль – 2 ч. ложки;* ***для начинки:*** *мясо (баранина, говядина, телятина) – 600 г, картофель – 800 г, лук репчатый – 3–4 шт., соль, перец – по вкусу, масло (для смазки противней) – 2 ст. ложки, яйцо (для лезьона) – 1 шт.*

Приготовить дрожжевое тесто. Когда подойдет, разделить на куски по 100 г, скатать в шары и при помощи короткой скалки раскатать круглые сочни толщиной в 2–3 мм и диаметром в 15 см.

Примерно с величину чайного блюдца. На середину каждого сочня положить картофельно-мясную начинку и сформовать крупные самсы треугольной формы: края теста, сворачивая с трех

сторон к середине, защипить, на самом центре оставить отверстие с трехкопеечную монету.

Начинка готовить так: жирную баранину (говядину, телятину) нарезать кусочками с миндалины, очищенный и промытый картофель – кубиками (1 × 1 × 1 см), лук нашинковать кольцами, посыпать солью и перцем, все продукты соединить и перемешать.

Изделие выпекается в духовом шкафу: на смазанные противни рядами уложить самсы, смазать яичным лезьоном или сливочным маслом, поставить в горячую духовку.

Время готовности 50–60 минут. Через 30 минут вынуть из духовки, через отверстие в самсе полить 1 ч. ложкой горячего бульона и поставить обратно.

Слоеная самса с острой куриной начинкой

Состав для теста: *мука – 4 стакана, яйцо – 1 шт., вода – 1 стакан, уксус – 1 ст. ложка, масло растительное – 1 ст. ложка, соль – 1/2 ч. ложки, топленое масло – 150 г;* ***для начинки:*** *курица (филе) – 700–800 г, лук репчатый – 1–2 шт., кинза – 1 пучок, чеснок – 2 зубчика, черный перец (молотый) – 1/2 ч. ложки, красный перец чили (молотый) – 1 ч. ложка, соль – 1 ч. ложка.*

Замесите некрутое тесто из муки, теплой воды, яйца, масла, уксуса и соли. Тщательно вымесите тесто. Дайте тесту постоять 30 минут. Отдохнувшее тесто разделите тесто на 3–4 равные части и раскатайте их в тонкие пласты. Оставьте их на столе на 5 минут, чтобы тесто совсем немного подсохло.

Промажьте каждый слой топленым сливочным маслом, не очень жидким. Сложите все пласты теста друг на друга и сверните их в тугую колбаску. Колбаску из теста сверните в рулет, накройте пленкой и поставьте в холодильник на 2–3 часа. Затем переходите к начинке. Нарежьте мелко куриное филе, лук, кинзу и чеснок. Соедините вместе все продукты. Добавьте к фаршу черный и красный молотый перец, 1–2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложку воды, соль. Все хорошо перемешайте.

Готовое тесто разрезаем на равные кусочки для лепки самсы. Возьмите кусок теста срезом верх и надавите на него сверху ладонью, превращая в лепешку. Кусочки больше не мните, не скатывайте в кружок, чтобы сохранить слои теста. Раскатывайте кусочки, придавая форму круга. На середину круга положите фарш и залепите концы, придав нашей самсе форму треугольника. Выложите самсу на смазанный противень или на застеленный пергаментной бумагой противень. Смажьте самсу желтком, разведенным с 1. ч. ложкой воды и поставьте выпекать в

предварительно разогретую духовку до 180 °С. Время выпечки – 35–40 минут.

Самса с овощами

Состав для теста: *мука – 3,2 ст. (чуть больше 500 г), соль – 0,5 ч. ложки, масло растительное – 50 мл, вода – 200 мл;* ***для начинки:*** *картофеля – 3 шт. (около 300 г), морковь – 1 крупная (около 150 г), масло растительное – 2 ст. ложки, луковица – 1 крупная (около 200 г), горошек зеленый – 0,5 ст., красный острый перчик – 1 шт., порошок карри, приправы и соль – по вкусу, растительное масло для жарки.*

Муку вместе с солью просеиваем в глубокую миску, после чего вливаем, помешивая, масло. Растираем масло с мукой до образования жирной крошки, затем, так же помешивая, вливаем горячую воду. Вода должна быть не совсем кипяток, но достаточно горячая, чтобы руки ощущали тепло теста. Вымешиваем его до мягкости и эластичности, прикрываем полотенцем либо салфеткой и даем отлежаться. Не прячем тесто в кулек или пленку!

А пока тесто отлеживается, приготовим начинку. Картофель и морковь хорошенько, используя щетку или жесткую губку, моем, особо крупные овощи разрезаем на части и прямо в кожуре опускаем в кипящую воду. Подсаливаем овощи и отвариваем до полной готовности. Остывшие овощи очищаем и измельчаем.

Параллельно ставим на плиту сковороду с растительным маслом, нагреваем его. Луковицу нарезаем и отправляем в масло на обжарку. В оригинале луковицу следует нарезать полукольцами, но можно нарезать его самым мелким кубиком.

Острый перчик осторожно, лучше в перчатках, освобождаем от семян и нарезаем мелким кубиком – чем мельче он будет нарезан, тем лучше, можно даже блендером его перемолоть. Лук и перец обжариваем в разогретом масле до легкой золотистости лука. Если у вас нет перца чили, заменить его можно молотым красным перцем. Количество перца регулируем на свой вкус.

К обжаренным луку и перцу добавляем овощные кубики, зеленый горошек (консервированный или замороженный, но отваренный – какой будет). Солим и вмешиваем специи, оставляем прогреться на сковороде минут 2–3 и снимаем. Начинка для самсы готова к использованию.

Теперь возвращаемся к тесту – будем формировать пирожки. Тесто делим на 10–12 небольших частей, для удобства сразу скатываем их в шарики. Далее каждый шар раскатываем в круг диаметром до 20 см. Каждый круг разрезаем пополам вертикально, а после каждый полукруг сворачиваем пополам и

защипываем так, чтобы вышел кулек из теста. Этот кулек плотно наполняем начинкой и закрываем свободные края. Придаем пирожку треугольную форму и все, самса сформирована. Аналогичным образом поступаем с оставшимися шарами теста.

Осталось сформированные самсы обжарить. Для этого наливаем в глубокую (желательно) сковороду или фритюрницу много масла, хорошенько его накаляем и обжариваем самсы до румяности. Самсы должны в нем прямо плавать! Так готовые пирожки выходят хрустящими снаружи и нежными внутри. Жарятся они быстро, главное – масло прогреть до максимума, иначе в процессе жарки жир впитается в самосы и они получатся очень жирными.

Подавать самсы можно горячими или холодными, к чаю, с соусом или просто вместо хлеба.

Самса с тыквой и курагой

Состав: *мука – 2 стакана, мука (на подсыпку), вода (холодная) – 1 стакан, соль – 1/3 ст. ложки, растительное масло – 3 ст. ложки, растительное масло – 100 г, тыква – 300 г, курага – 300 г, сахар – по вкусу.*

Развести соль в воде и замесить тесто, добавив в него 3 ст. ложки масла. Тесто вымесить, раскатать, смазать маслом, сложить конвертом и снова раскатать так 3–4 раза, тесто должно быть не крутым, дать выстоять 30 минут.

Тыкву запечь с сахаром или медом, дать остыть. Курагу замочить. Наполнитель порезать полосками.

Раскатать тесто и сформировать самсу. Противень смазать маслом. в разогретую духовку до 200 °С поставить выпекаться самсу на 30–35 минут.

Манты

Манты – блюдо, которое распространено у народов Средней Азии. По размерам манты больше в несколько раз привычных нам пельменей. Но отличие состоит не только в этом. Фарш для мантов берется бараний и не прокрученный через мясорубку, а порубленный вручную.

Первоначально использовалась только мясная начинка с бараниной. Но сейчас манты готовят не только с мясом, но и с картофелем, тыквой, грибами, творогом, рыбой. А начинку из мяса можно увидеть из говядины, свинины, птицы. Не следует его измельчать блендером или на мясорубке, только резать мелко ножом, размером приблизительно с кукурузное зернышко. Как утверждают знатоки, лишь рубленное, а не перекрученное мясо наделяет манты неповторимым вкусом. Так мясные волокна не рвутся, не давятся и весь мясной сок остается внутри. Чтобы начинка была сочная, добавляют сало и кладут много лука – примерно 7–8 средних луковиц на 0,5 кг мяса, но можно положить чуть меньше. Иногда для сочности порцию лука разбавляют наполовину капустой, которая придает особую сочность фаршу. Ну и конечно в готовый фарш добавляют немного водички – для сочности. Лук и капусту также мелко шинкуют ножом, как сало и мясо. Но капусту лучше прокрутить через мясорубку, из-за волокнистости.

Помимо мяса в начинку нередко кладут тыкву, картофель, отваренный горох, свежую порезанную зелень (крапиву, люцерну). Зелень вначале ошпаривают, а потом обжаривают в растительном масле.

Подают манты со сметаной, аджикой, кислым молоком, соусом ткемали или политыми сливочным растопленным маслом с порубленной зеленью.

Гармонично сочетается с этим блюдом домашний томатный соус, но классический соус для мантов – все же белый, на основе кисло-молочных продуктов. Соедините, например, сметану с измельченным чесноком и зеленью, чуть подсолите. Или сделайте йогуртово-огуречные соусы.

Тесто делают пресное, зачастую состоящее лишь из воды и муки. Готовят манты не в кастрюле с кипящей водой, а на пару в специальном многоярусном цилиндре, в котором вода находится только на дне.

Конечно, все это относится к традиционному способу приготовления. Многие хозяйки в других странах адаптировали это блюдо, исходя из существующих реалий. Для варки

приспособлена пароварка или мультиварка с подобным режимом.

Следует заметить, что узбекские манты лепят разными способами. Хотя это не так важно, поскольку вариант лепки никак не отражается на вкусовых качествах. Перед тем как уложить готовые манты в мантницу, их следует обмакнуть в растительное масло, чтобы они во время приготовления не прилипли ко дну посуды, или просто смазать маслом поверхность, на которую укладываете манты для готовки.

Лучше заранее закипятить воду, и манты ставить уже на разогретую кипящую посуду. Приготовление займет около 25–30 минут. Если все манты сразу не поместились, то оставшуюся часть нужно отправить в холодильник или даже в морозилку.

Из мантницы готовое блюдо следует доставать аккуратно, чтобы тесто не порвалось и не вытек сок. Вот, собственно, и все, готовы узбекские манты. Рецепт приготовления блюда не очень сложный. Отчасти он напоминает наши пельмени.

Не менее разнообразны и способы приготовления теста.

Тесто на манты

Состав: *мука пшеничная – 1 кг, яйцо куриное – 2 шт., растительное масло – 40 мл, вода – 400 мл, соль – 1 ст. ложка.*

Берем глубокую посуду и просеиваем туда муку, насыщая таким образом ее кислородом. В образованной горке делаем углубление. Разбиваем в него оба яйца. Воду смешиваем с солью и растительным маслом. Вода для этого теста нужна холодная. Если у вас теплая, поместите заранее в холодильник. Начинаем постепенно вливать в муку воду и помешивать ложкой. Затем продолжаем месить тесто руками. Готовое тесто заворачиваем в пищевую пленку и оставляем полежать. Убирать в теплое или холодное место не нужно, достаточно обычной комнатной температуры. Через 30 минут можно доставать тесто и лепить из него манты.

Правильное тесто на манты

Состав: *вода – 250 мл, мука – 500 г, соль – 1/3 ч. ложки, подсолнечное масло – 20 мл.*

Хорошая хозяйка знает, что измерять муку бесполезно, так как она имеет разную влажность, различное количество клейковины. Эта разница зависит от сорта лишь в малой степени. Основное же влияние оказывает место произрастания пшеницы, способ хранения и т. д. Тесто нужно чувствовать, понимать, тогда все изделия из него будут отменными.

Муку просеиваем в миску или же глубокую тарелку. Для этого используем сито с мелкими отверстиями. Растворяем в воде

соль, добавляем масло и перемешиваем. Вливаем эту жидкость в муку и замешиваем крутое тесто. Поднимаем его и отбиваем об стол. Так повторяем несколько раз. Благодаря этому приему тесто станет пластичным. Разминаем его вручную, образуя лепешку. Заворачиваем лепешку в жгут. Кладем его в миску, прикрываем легкой салфеткой и оставляем. Получаса тесту хватит, чтобы стать идеальным для приготовления мантов.

Классический рецепт теста

Состав: *вода – 1 стакан, мука – 2,5 стакана, соль – 1/3 ч. ложки.*

Охлаждаем воду в холодильнике. Высыпаем в нее соль и начинаем добавлять муку, одновременно просеивая ее. Размешиваем все столовой ложкой, а затем приступаем к замесу вручную. Месим долго, чтобы тесто напиталось кислородом и стало максимально эластичным – это очень важный момент. Затем кладем тесто в миску, прикрываем тонкой салфеткой и «забываем» о нем – оно должно полежать хотя бы 30 минут, чтобы клейковина набухла. После этого приступаем к изготовлению мантов. Их можно делать с любой начинкой.

Манты из дрожжевого теста

Состав для теста*: мука – 300 г, вода теплая – 100 мл, дрожжи сухие – 7 г, соль;* ***для начинки:*** *говядина и жирная свинина – по 200 г, красный перец, щепотка соли, 2 крупные луковицы.*

Кому приелось пресное тесто, могут попробовать дрожжевое. Очень интересный вариант и не менее вкусный. Тесто обладает эффектом воздушности. Если останутся готовые и остывшие манты, на следующий день их можно обжарить до золотистого цвета в масле. И они опять горячие и вкусные. Не забывайте оставлять место между пельмешками в мантоварке, т. к. дрожжевое тесто раздается чуть больше, чем пресное.

Дрожжи размешать в воде, посолить, всыпать муку. Вымесить тесто и оставить, чтобы подошло.

Мясо перекрутить, но лучше очень мелко нарезать вместе с луком. Посыпать перцем и солью. Если мясо постное, можно добавить небольшой кусочек сала. Мелко его порезать и подмешать в фарш. Подошедшее тесто обмять, разделить на шарики. Каждый кусочек раскатать и выложить по ложке начинки. Края защепить и готовить в мантоварке или пароварке минут сорок. Готовые манты можно полить маслом растопленным, посыпать рубленой зеленью – кинзой, петрушкой. Прежде, чем положить пельмешки в мантоварку, окунуть их в растительное масло или смазать решетку сливочным

(растительным) маслом.

Манты с мясом

Состав: *мясо – 400 г, луковица – 2–3 шт., картофель – 1 шт., сало – 30 г, яйцо – 1 шт., мука – 450–500 г, растительное масло – 1–2 ст. ложки, соль, перец – по вкусу.*

Для начала необходимо приготовить тесто. Для этого в миске нужно соединить яйцо, около 100 мл воды, соль и 1 ч. ложку растительного масла. Тщательно все взбить до однородной консистенции. При желании воду можно заменить молоком.

Теперь можно постепенно вводить муку и вымешивать крутое тесто. Его нужно не только замесить, но и тщательно взбить и размять руками, чтобы оно было более мягкое и эластичное. На это может потребоваться около 10–15 минут. Когда работа с тестом закончена, его можно накрыть и оставить чтобы оно немного «отдохнуло».

Тем временем можно заняться мясом. Традиционно для приготовления этого блюда используют баранину, однако при желании можно выбрать другое мясо, либо взять несколько видов. Мясо необходимо вымыть, просушить и нарезать ножом на маленькие кусочки. Понадобится также маленький кусочек сала, которые тоже нужно нарезать мелко.

Луковицу очистить и нарезать кубиками. Картофель вымыть, очистить и также нарезать мелким кубиком. Теперь все ингредиенты начинки можно соединить и тщательно перемешать. Посолить и поперчить по вкусу, при желании добавить любимые специи.

Пришло время вернуться к тесту. Как именно его раскатать особого значения не имеет. Можно нарезать на небольшие кусочки и раскатывать отдельно или сделать длинные полосочки, которые потом нарезать. Главное, чтобы тесто было тонкое. На каждую лепешку необходимо выложить начинку.

Весьма интересный процесс – это защипывание краев. Сначала нужно взять два уголка и соединить вместе. Аналогично нужно поступить и с двумя другими. Затем соединить между собой уже получившиеся края.

Выложить готовые манты на уровни, предварительно смазанные маслом, и отправить на огонь (вода к тому времени уже должна кипеть). Через 45 минут манты по-узбекски в домашних условиях будут готовы и их можно подавать к столу.

Манты с рыбой

Состав: *горбуша – 1 шт., мука – 1 кг, лук – 2–3 шт., яйцо – 2 шт., сало – 100 г (по желанию), соль, перец – по вкусу.*

Для приготовления рыбной начинки необходимо вымыть и очистить от костей и кожи рыбу. Нарезать ее небольшими кусочками и пропустить через мясорубку. Луковицу очистить и по желанию измельчить или пропустить через мясорубку. Добавить яйцо, посолить и поперчить по вкусу. Тщательно перемешать. По желанию также в фарш можно добавить специи для рыбы и измельченную зелень.

Рецепт приготовления мантов с рыбой далее мало чем отличается от классического. Необходимо замесить крутое тесто на основе воды, яйца, щепотки соли и муки. Тщательно его вымешать, чтобы оно было мягким и эластичным. Раскатать тесто довольно тонко и вырезать кружочки (можно использовать формочки для печенья или стакан). На каждый кружочек теста выложить начинку, довольно много, но чтобы не попадала на края. Аккуратно соединить два противоположных края. Затем залепить их сверху.

Разровнять края, чтобы придать нужную форму. Впрочем, манты с рыбой в домашних условиях можно просто залепить сверху, плотно прижимая все края.

На дно пароварки предварительно смазанной маслом, выложить манты. Время приготовления зависит от размера, но в среднем составляет около 45–50 минут.

Манты оригинальные

Состав: *мука пшеничная – 2 стакана, вода (холодная) – 100–120 мл, яйцо куриное – 1 шт, окорочок куриный – 2 шт, грибы (шампиньоны) – 100 г, лук репчатый – 1 шт, сыр твердый – 50 г, соль, перец черный (молотый).*

В муку выливаем воду, добавляем яйцо. Солим. Замешиваем тугое тесто и убираем в холодильник минут на 20. Тем временем занимаемся начинкой. Снимаем с окорочков кожу, освобождаем от костей. Нарезаем на небольшие кусочки. Мелко режем грибы и лук. Солим, перчим, тщательно перемешиваем.

Из теста раскатываем тонкие сочни. В центр выкладываем начинку. Защипываем края. В центр начинки помещаем небольшой кусочек сыра. Отправляем в пароварку на 45 минут.

Манты с картофелем

Состав для теста: *вода – 150 мл, мука – 400 г, соль, ложка масла растительного;* ***для начинки****: картофель – 0,7–0,8 кг, соль, перец, сало свиное – 100 г, лук – 3 шт.*

Манты – это не вареники, поэтому никакого картофельного пюре в виде начинки. Только сырой картофель, мелко порезанный вместе с луком и салом. Чтобы смыть крахмал, измельченный

картофель нужно промыть водой. Так он не слипнется и не потемнеет. Вместо свиного сала можно брать курдючное или сливочное масло. Его добавляют по маленькому кусочку непосредственно в каждый пельмешек.

Приготовить тесто: смешать ингредиенты, вымесить и дать ему полежать.

Овощи очистить, нарезать мелкими кубиками вместе с салом. Посолить, посыпать перчиком и перемешать. Начинка готова, осталось слепить манты. Тесто раскатать в пласт, вырезать кружочки или квадратики. Положить на них начинку, края соединить и варить на пару приблизительно минут 20–30. Посыпать зеленью.

Манты с тыквой

Состав для теста: *вода – 1 стакан, мука – 0,4 кг, яйцо, соль – 1 ч. ложка;* ***для начинки:*** *тыква – 0,8–1,0 кг, лук – 2 шт., сало (свиное или курдючное) – 100–150 г, соль, перец (черный и красный).*

С тыквой получаются очень вкусные манты. Можно использовать этот овощ любой степени сладости. Для придания сочности, также как и в мясную начинку, добавляют лук и сало. Если не по вкусу сало, можно заменить его сливочным маслом. Его подмораживают, чтобы было удобно резать, перемешивают с тыквой. Или кладут кусочек мягкого масла в начинку непосредственно при лепке. Можно немного поэкспериментировать и добавить к тыкве немного сыра – сулугуни или брынзы. Вкус от этого только выиграет.

Замесить самое обычное пресное тесто на яйце. Дать ему полежать около часа.

Тыкву нарезать маленькими кусочками, если получится, кубиками – примерно по полсантиметра. Не стоит ее натирать на терке или перекручивать в мясорубке: после того, как в тыкву добавят соль, она дает много сока, начинка становится слишком жидкой и манты неудобно лепить. Лук и сало тоже мелко порезать. Перемешать с тыквой, солью и перцем.

Отварить на пару приблизительно 20–25 минут с момента закипания воды.

Ханум

В русском языке встречаются видоизмененные варианты названия: ханым, хунон, ханон и другие. Как бы его не называли, суть блюда одна – это рулет с начинкой, приготовленный на пару. Основная изюминка – тонкое, нежное тесто. Вероятно, поэтому с любой начинкой изделие имеет волшебный вкус. Варианты начинок выбираются по усмотрению хозяек: картофельная, мясная, овощная.

Существует легенда появления этого вкусного блюда. В давние времена глава семейства вернулся домой, когда его не ждали. Он длительное время отсутствовал и его неожиданному визиту были безмерно рады, только вот вкусно накормить мужчину хозяйка была не готова. А так ей хотелось побаловать его любимыми мантами, однако быстро же их сделать невозможно. Сообразительность спасла хозяйку. Она тонко раскатала тесто, разровняла по лепешке фарш, скатала рулетом и поставила готовиться. Потом она разрезала рулет на части и подала на стол. А блюдо прозвали в честь догадливой хозяйки, которая носила имя Ханум.

Ханум – мучное блюдо узбекской кухни с начинкой из картофеля или мясного фарша, приготовленное на пару. Рецепт приготовления ханума очень схож с рецептом другого узбекского блюда – мантов. Однако ханум – это манты на скорую руку.

Классический ханум

Состав для теста: *мука – 1 кг, вода – 1 стакан, масло растительное – 1 ст. ложка;* ***для начинки:*** *картофель – около 1 кг, лук – 3 шт., перец (на любителя);* ***для соуса:*** *свежие помидоры – 6 штук, чеснок – несколько зубчиков, сладкий перец (зеленый или красный) – 1 шт., растительное масло – 2 ст. ложки, лук – 1 шт., соль, перец, можно использовать зелень, сахар – 1 ч. ложка.*

Тесто готовится так же, как для пельменей или вареников: муку просеять, смешать с маслом и аккуратно, медленно добавить воды. Посолить, сначала замешать ложкой, а затем продолжить месить руками несколько минут, пока тесто не приобретет эластичность. Прикрыть тесто пленкой, предварительно скатав шар. Как вариант: оставить на холоде. В любом случае, минут 40 оно должно постоять.

Картофель для начинки нарезать тонко, лучше соломкой. Еще один вариант – натереть на терке. Полукольца лука и зелень добавить в картофель, поперчить, перемешать. Сразу начинку не солим ни в коем случае, чтобы она не стала водянистой.

Начинку нужно поделить, её должно хватить на 2 рулета. Готовую основу теста тоже разделить на две, по возможности одинаковые, части.

Одну из них тонко раскатать, смазать маслом, заполнить половиной приготовленной начинки. Массу разровнять аккуратно по тесту, но не до конца. Чтобы рулет хорошо заворачивался, а начинка не выпадала, край пласта на 7–10 см должен остаться пустым.

Теперь пригодится соль для начинки. Картошку посолить, полив двумя ложками масла.

Рулет свернуть не туго, следом сразу приступить к формированию второго рулета. Изделие укладывается на смазанное дно мантницы или паровой кастрюли.

Приготовление займет 45–50 минут.

Для соуса произвольно некрупными дольками нарезать все указанные в рецепте продукты: лук, перец, чеснок. Все обжарить. Последними в томящиеся овощи добавляют помидоры, обязательно без кожицы. Все заправляют солью, сахаром, приправами по вкусу. Томатная приправа к блюду должна потомиться.

Готовый ханум нарезать. Порционные кусочки посыпать любой зеленью и подать с ароматным соусом.

Ханум в сковороде

Состав: *говядина – 500 г, морковь – 200 г, лук – 400 г, перец болгарский – 2 шт., помидоры спелые – 4 шт., соль, перец, специи, зелень, масло растительное.*

Говядину пропускают через мясорубку. Половину лука мелко рубят. Морковь трут на терке. Смешивают компоненты.

Припускают на сковороде оставшийся лук, нарезанный полукольцами. Добавляют нашинкованный перец, измельченные томаты, зелень, специи. Вливают 1 стакан воды и тушат 20 минут.

Тесто раскатывают и разрезают его на 2 части. На каждую из них выкладывают фарш и сворачивают рулет. Режут их на куски шириной 6 см. С одной стороны каждую заготовку защипывают. Выкладывают их на сковороду швом вниз и заливают соусом. Тушат под крышкой полчаса.

Ханум свино-говяжий в мультиварке

Состав: *тесто – 600 г, фарш свино-говяжий – 500 г, лук – 300 г, картошка – 200 г, соль, перец, зира.*

Мясо с луком измельчают. Соединяют компоненты, добавляют тертый картофель, солят и перчат.

Тесто раскатывают, наносят слой начинки и сворачивают

рулет. Переносят его в контейнер для варки на пару.

В чашу прибора вливают 1 л горячей воды и включают режим «Варка на пару» на 50 минут.

Подавать к столу его можно со сметаной, кетчупом, майонезом или томатным соусом.

Ханум в духовке

Состав для начинки: *свиной фарш – 250 г, картофель и лук – по 200 г, вода – 150 г, соль, перец, приправы.*

Фарш необходимо перемешать с мелко нарезанным луком и натертым картофелем, посолить, добавить специи.

На раскатанный тонкий пласт теста выложить массу, сверху посыпав специями и зеленью. Хорошо скрепить края рулета и положить на приготовленный противень. Его дно должно быть смазано маслом.

Готовится ханум в духовке примерно 45 минут при 180 градусах. За это время в противень подливается немного воды.

Ханум в духовке и в фольге

Состав: *тесто – 0,5 кг, мясной фарш – 500 г, лук – 200 г, морковь – 1 шт., картошка – 1 шт., масло сливочное – 50 г, зелень, соль, специи.*

Овощи пропускают через мясорубку, смешивают с фаршем. Добавляют соль, специи, половину растопленного масла, измельченную зелень и все это размешивают.

Тесто раскатывают пластом. Смазывают его оставшимся маслом. Выкладывают подготовленную начинку, не доходя по 2 см до краев. Сворачивают рулет, заворачивают в фольгу и помещают его на смазанный маслом лист фольги. Края скрепляют конвертом. Выкладывают сверток в противень с водой.

Запекают в духовке при 190 градусах около часа.

Ханум с тыквой

Состав: *тесто – 0,5 кг, тыква – 500 г, лук – 150 г, соль – 1 ч. ложка, сахар – 1 ч. ложка, масло растительное – 2 ст. ложки, перец черный молотый.*

Тыкву измельчают (можно на терке). Лук шинкуют полукольцами и пассеруют. Добавляют тыкву, солят, перчат, сахарят и размешивают.

Полученную массу немного протушивают.

Раскатанный пласт теста смазывают маслом, выкладывают овощную смесь и сворачивают рулет.

Варят его в пароварке или мантоварке полчаса.

Полезные советы по приготовлению:

Узбеки в лепку рулета привносят долю фантазии и получаются настоящие шедевры. Кроме традиционных рулетов, можно встретить ханумы в виде розочек и конвертиков. Любой может поэкспериментировать с формами при желании.

Экспериментировать можно и нужно с начинками, сочетать их, придумывать новые. Использовать мясо, тыкву, картошку, баклажаны – выбрать свой любимый наполнитель для рулета.

Даже если нет мантницы и пароварки – не беда. Не хотите запекать в духовке? Положите рулет в дуршлаг, который будет стоять над кипящей кастрюлей. Приготовление на пару – в действии!

Тесто можно замесить руками или заложить в хлебопечку, в этом случае оно будет более воздушным, легким.

Узбекские сладости

Прием гостей в России и Узбекистане, а также график, по которому появляются блюда на праздничном столе, немного отличаются. Если в России мы сначала кушаем первые горячие блюда, затем салаты и только потом сладости, то в Узбекистане все наоборот. Здесь гостей встречает чай и узбекские сладости, а потом уже подаются горячие блюда, салаты и закуски.

Парварда (домашние конфеты)

Состав: *сахар – 1 стакан, мука – 0,5 стакана, вода – 2 стакана, лимон – 1 шт.*

Чтобы приготовить эти домашние конфеты, нам необходима большая кастрюля, желательно с антипригарным покрытием. Высыпаем туда стакан сахара и добавляем воду в количестве, указанном в рецептуре. Готовим обычный сахарный сироп. Постепенно доводим сироп до кипения, периодически помешиваем, ждем, когда сахар полностью растворится. Затем можно выжать через сито сок лимона.

Очень важный аспект приготовления этих конфет – не переварить сироп. Он должен быть тягучим по консистенции, по цвету – напоминать рафинированное подсолнечное масло. Останется только остудить карамель.

Делается это при помощи миски с холодной водой и сливочного масла. Для этого наливаем в одну миску ледяную воду, другую – смазываем сливочным маслом и выливаем туда горячую карамель. Ставим одну посуду в другую и начинаем мешать. Благодаря маслу масса не будет прилипать к стенкам посуды, а из-за разницы температур карамель быстро остынет, чего мы и добиваемся.

Когда консистенция будет напоминать податливый пластилин, приступаем к изготовлению конфет. На разделочную доску посыпьте немного муки. Скатайте из нашего «пластилина» комочек и сделайте внутри небольшое отверстие. Парварда – необычной формы узбекские сладости. Когда вы сделали колечко внутри, необходимо растянуть карамельное тесто так, чтобы образовалась восьмерка. Затем манипуляции повторяем, делаем каждый раз восьмерки и перемешиваем их между собой. Как правило, делается это не менее двадцати раз.

В итоге у вас должна получиться сладкая лапша. Ее необходимо нарезать на квадратные кусочки-подушечки и посыпать сверху небольшим количеством муки. Через четыре-шесть часов сладость готова.

Халва

Состав: *мука – 120 г, молоко – 0,5 л, топленое масло – 125 г, сахар – 200 г, кунжутные семена – 2 ст. ложки, очищенные грецкие орехи – 0,5 стакана.*

Необходимо сначала подготовить к работе муку. Ее мы выкладываем на широкую плоскую сковородку и разогреваем с добавлением топленого масла. Когда она приобретет приятный коричневый оттенок, можно приступать к дальнейшему смешиванию ингредиентов.

Пока мука у вас жарится, возьмите и смешайте в отдельной посуде молоко и сахар. Когда мука будет готова, сахар успеет полностью раствориться. Добавляем тоненькой струйкой сладкую молочную смесь к муке. Перемешиваем. Масса должна стоять на огне около 15 минут.

Затем снимаем сковороду с огня. Даем массе немного остыть. Когда она будет уже достаточно прохладная, можно приступать к формированию шариков. Как правило, халва делается в форме больших брикетов. Если вы делаете для себя, а не для большого праздничного стола, то можно (для удобства потребления) сформировать небольшие шарики.

Каждый такой шарик халвы следует обмакнуть хорошенько в посыпке, состоящей из дробленых орехов грецких и кунжута. Подаем блюдо на стол.

Халватайр

Состав: *мука – 1 стакан, сахар – 1 стакан, масло или растопленное курдючное сало – 100 г, вода – 3 стакана, ванилин – на кончике ножа.*

В раскаленном казане прокалить жир, слегка охладить его и добавить муку. Тщательно размешать муку с жиром, поставить на огонь и обжаривать до коричневого цвета. Затем добавить кипящий сироп, приготовленный из воды и сахара, и варить до загустения.

Затем халвайтар следует снять с огня и охладить, после чего разложить в пиалы или тарелки и подать к столу. В халву можно добавить орехи, миндаль, фисташки.

Нишалда

Состав: *сахар – 3 кг, вода – 2,5 л, яицо – 8 шт., лимонная кислота – 7 ч. ложек, корни растения етмак (солодковый корень) – 3 шт.*

Итак, етмак – это мыльный корень, как его многие называют. Он же перекати-поле, он же корень ключелистника метельчатого.

Примерное такое же количество веществ, содержащиеся в етмаке, находится в корне солодки или корне лакрицы. Можно заменить корень желатином или агар-агаром. Но полезные свойства, которые имеет этот десерт благодаря содержанию етмака, с заменой на другие продукты будут, к сожалению, утрачены.

Корень измельчаем их и заливаем водой. Ставим на медленный огонь и варим около двух часов. Если этого ингредиента нет, то завариваем корень солодки (он продается в любой аптеке) и настаиваем его около часа.

За это время нужно будет поработать с белками. Белки необходимо взбивать длительное время. Если у вас есть помощники, то попросите их отвечать за белки, пока вы варите сахарный сироп.

Сахарный сироп делается по традиционному рецепту (мы его описывали чуть выше). Когда сироп будет почти готов, добавляем к нему лимонную кислоту. Варим еще пару минут и снимаем с огня.

Переходим к смешиванию готовых ингредиентов. Пока идет процесс взбивания белков, добавляем к ним тонкой струйкой сироп, затем отвар корня. Масса должна получиться довольно густой и невероятно белой. Хранится она в холодильнике. Подается к лепешкам и просто к чаю.

Пашмак

Состав: *сахарный песок – 1 кг, сливочное масло – 50 г, сок половины лимона или 1 ч. ложка лимонной кислоты, вода – 1 стакан.*

Пашмак представляет собой сахарную халву, которая не только очень сладкая и любима детворой, но еще и полезная, помогающая в лечении заболеваний бронхов и всей дыхательной системы.

Как и многие другие сладости, пашмак готовится на основе сахарного сиропа (карамели). Смешиваем сахар и воду, увариваем сироп до карамельной консистенции. Затем выливаем жидкую карамельную массу на противень или разделочную доску и растягиваем ее до появления белых нитей.

В это время на плите у вас уже должна стоять мука. Обжаривать муку следует, как и в предыдущем рецепте, до коричневого цвета. Затем карамельную массу следует обмакнуть в муку и снова растянуть на тончайшие нити. Из готовой карамельной лапши делаем небольшие колбаски и нарезаем их на кубики.

Молочные напитки в узбекской кухне

По причине принадлежности к исламу, узбекская кухня не предполагает наличия спиртных напитков. Зато в узбекской кухне широко представлены кисломолочные напитки – катык, айран и другие, а также, естественно, чай – традиционный азиатский напиток.

В узбекской кухне употребляют крепкий и ароматный зеленый чай без молока и сахара, но существуют и рецепты узбекского чая с перцем, молоком и медом, тогда напиток готовится на основе черного чая. Употребление чая является традиционным, в чайхане за чашкой чая могут вестись беседы или деловые переговоры, просто общение и решение серьезных вопросов. К любой трапезе подается узбекский чай, его приготовление является своеобразным искусством.

Узбекские кисломолочные блюда занимают особое место в национальной кухне Узбекистана. Узбекские кисломолочные блюда появилась как следствие кочевого образа жизни предков узбеков.

Самыми известными продуктами узбекской кисломолочной кухни являются катык – собственно кислое молоко, и сузьма – густое кислое молоко. Но помимо них есть еще популярный курт – шарик из высушенного кислого молока, приправленного солью и перцем, а также каймак – вид жирных сливок.

В Средней Азии употребляют также верблюжье и кобылье молоко, но только в заквашенном виде. В них содержится большое количество молочного сахара (лактозы), который во время закваски превращается в спирт и в молочную кислоту, получается кумыс – целебный напиток.

Все эти продукты употребляются как отдельно, так и в качестве ингредиентов национальных блюд.

Кумыс

Состав: *обезжиренное молоко – 1 л, чистая вода – 1 стакан, сахар или мед – 3 ч. ложки, кислое молоко или кефир – 2 ст. ложки, дрожжи – 4–5 г (10 г разведенных).*

Из этих ингредиентов можно получить 1,2 л кумыса.

Все ингредиенты смешать, охладить до комнатной температуры (18–20 °С).

В молочную смесь ввести 2 ст. ложки кислого молока или кефира, посуду закрыть крышкой, завернуть и поставить в теплое

место (температура 25–30 °С). Через несколько часов смесь превратится в кислое молоко, которое взбить до жидкого состояния, а более крупные белковые хлопья процедить и отжать через марлю.

Для образования спирта и углекислого газа добавить дрожжи: 4–5 г прессованных хлебных дрожжей развести теплой водой до густоты сметаны, добавить сахарный песок (щепотку).

Готовые дрожжи влить в сбитое кислое молоко, перемешать и разлить в бутылки, герметически закупорить пробкой и оставить на 20–30 минут. За это время в дрожжах образуется углекислый газ. Это можно заметить по «кипению» кумыса в бутылках. Бутылки не следует заливать до горлышка, чтобы избежать взрыва. Как только начнется «кипение», бутылки положить в ледяную воду или в холодильник. Когда кумыс «успокоится», его можно подать к столу.

Необходимо помнить, что бутылки надо открывать осторожно, не взбалтывая, иначе кумыс может забить фонтаном.

Катык (кислое молоко)

Кипяченое молоко налить в крынку и охладить.

На 1 л молока положить 1 ст. ложку закваски. Для этого закваску хорошо размешать, влить в молоко, накрыть крынку тарелкой и тщательно ее закутать. Через 10–12 часов кислое молоко будет готово.

Катык подают на завтрак, заправляют им супы, салаты, добавляют в тесто. В жаркое время из катыка готовят айран и сузьму.

Сузьма (кислое молоко)

На 1 л катыка (кислого молока) положить 1 ст. ложку соли, налить в мешочек, сделанный из ситца, и повесить в прохладное место. Через 24–30 часов вода отцедится, а молоко загустеет. Сузьму добавляют вместо кислого молока к супам, делают из нее курт.

Айран

Состав: *молоко – 3 л, ряженка 4 %-ной жирности – 100 мл, ржаной хлеб (корочки) – 2–4 кусочка.*

В кефире, простокваше, ряженке и сметане живут бактерии молочнокислого стрептококка. А ржаной хлеб передаст напитку необходимые дрожжи. Этот рецепт айрана в домашних условиях поможет получить продукт, ничем не уступающий турецкому. Вскипятим 3 л молока, остудим до +25–30 градусов. Вольем 100 мл ряженки 4 %-ной жирности. Сверху выложим 2–4 кусочка

хлеба, так, чтобы лишь немного утопить их в молоке. Емкость плотно накрываем и ставим на 12 часов в теплое место без сквозняков. После этого вытаскиваем хлеб, а напиток ставим в холодильник. Перед употреблением его взбиваем с солью, минералкой и травами.

Айран с огурцами или сасик

Состав: *кефир 7 % – 800 г, чеснок – 1 долька, 2 огурец – 2 шт., оливковое масло – 1 ст. ложка, фенхель (мелко порезать) – 1 ст. ложка, измельченная мята, чабрец – по 1 ч. ложке, соль.*

В кефир натираем огурцы, солим, перемешиваем. По капли добавляем масло, не останавливаясь, мешаем, затем мяту, чабрец, фенхель. Давим чеснок, отправляем туда же. Разливаем по стаканчикам.